کیا آپ ایک کامیاب خاتون ہیں؟ ملازمت پیشہ خواتین کے
لیے رہنما اصول اور خواتین کی بہتری کے لیے معلوماتی کتاب

خواتین کے مسائل

نام کتاب ——— خواتین کے مسائل

مؤلف ——— ڈاکٹر عشرت

ناشر ——— شمع بک ایجنسی کراچی

پرنٹر ——— خالد پرنٹر کراچی

سن اشاعت ——— جنوری 2009ء

قیمت ——— -/30 روپے

فہرست

پیش لفظ

عورت ماں ہے، بیٹی ہے، بیوی ہے اور بہن ہے۔ عورت کے یہ سب روپ بہت خوبصورت اور قابل عزت ہوتے ہیں۔ ماں کے بغیر گھر قبرستان لگتا ہے۔ ماں بچوں کے لئے ایک گھنی چھاؤں ہوتی ہے۔ ان کے لئے راحت کا باعث ہوتی ہے۔ بیٹی خدا کی رحمت ہوتی ہے گھر میں باپ اور بھائی کا خیال رکھنے والی ہستی ہوتی ہے۔ بیوی کے بغیر گھر کا نظام احسن طریقے سے چلانا ناممکن ہوتا ہے۔ بیوی شوہر کی ساتھی اور غمگسار ہوتی ہے جبکہ بہن پیار کا پیکر اور مان ہوتی ہے۔

آج کے زمانے میں عورت کے حقوق پر بہت بحث ہوتی رہتی ہے۔ عورت کی ذہانت اور مردوں کے شانہ بشانہ کام کرنے کی صلاحیت کو تسلیم بھی کرالیا گیا ہے۔ عورت گھریلو امور سے لے کر معاشی ضروریات کی تکمیل میں بھی اپنا کردار بہت ہمت، ذمہ داری اور لگن سے ادا کرتی ہے۔ پیشہ ورانہ اور گھریلو زندگی کے بڑے سے بڑے مسائل کو صبر و حوصلے کے ساتھ حل کرتی ہے۔ مشکلات کو برداشت کرتی ہے اور ہر کٹھن وقت پر اپنے گھر والوں کا ساتھ دیتی ہے اور حوصلہ بڑھاتی ہے لیکن سچ پوچھا جائے تو عورت کا دل موم کی طرح ہوتا ہے جو ذرا سی ہمدردی، توجہ اور پیار سے پگھل جاتا ہے۔ کانچ کی طرح نازک ہوتا ہے جو ذرا سی ٹھیس سے ٹوٹ کر ریزہ ریزہ ہو جاتا ہے۔ صد افسوس ہے کہ آج عورت کے ظاہری کردار کو تو سراہا جاتا ہے اس کی صلاحیتوں کو تسلیم تو کیا جاتا ہے لیکن اس کے جذبات کا احترام نہیں کیا جاتا ہے۔ قدم قدم پر اس کے دل کو ٹھیس پہنچائی جاتی ہے۔ انا، غصہ، ضد، خواہش کو منوانا، روٹھنے کا حق، پیار وصول کرنا وغیرہ یہ سب مرد حضرات اپنا پیدائشی حق سمجھتے ہیں۔ دوسرے معنوں میں ہر معاملے میں عورت ہی کو جھکنا پڑتا ہے اور فتح مرد کی ہوتی ہے۔ یعنی عورت کے جذبات مرد کے نزدیک کوئی اہمیت نہیں رکھتے ہیں۔ اگر غور کریں تو معلوم ہوگا کہ چھوٹی سے چھوٹی اور بڑے سے بڑے معاملے میں عورت کے مان کو ٹھیس پہنچائی جا رہی ہے۔ اسے رونے پر مجبور

کیا جاتا ہے۔ ہر رشتے میں عورت اپنی ذات کی کسی حد تک نفی کر رہی ہوتی ہے اور دوسروں کا احترام اور مان رکھ رہی ہوتی ہے۔

ماں جو اولاد کو پیدا کرتی ہے انگلی پکڑ کر چلنا سکھاتی ہے، اولاد کی ذرا سی تکلیف پر مچل اٹھتی ہے، اسے اپنے پیروں پر کھڑا ہونے کے قابل بناتی ہے۔ بیٹے کی پیدائش سے ہی یہ خواب دیکھنا شروع کر دیتی ہے کہ وہ بڑا ہو، نوکری کرے اور وہ اس کی دلہن گھر لائے لیکن وہ ہی بیٹا برسر روزگار ہوتے ہی اپنے آپ کو گھر کا سربراہ سمجھنے لگتا ہے۔ اپنی مرضی چلانا اپنا حق سمجھتا ہے۔ پھر شادی کے بعد تو اس کی نظریں ہی بدل جاتی ہیں۔ بیوی کے آگے ماں کی اہمیت کم ہو جاتی ہے۔ بیوی کا کام کرنا تو دکھائی دیتا ہے لیکن ماں کی تھکن کا احساس نہیں ہوتا ہے۔ اس طرح بیٹی سے کتنی ہی محبت کیوں نہ ہو لیکن زندگی کے اہم موڑ پر اگر بیٹی فیصلہ کرنا چاہے تو اس بات کو باپ اور بھائی اپنی بے عزتی تصور کرتے ہیں۔ ہر مقام پر عورت ہی کو جھکنا پڑتا ہے اور اپنے دل اور جذبات کا قتل کرنا پڑتا ہے۔ کیا عورت کے جذبات نہیں ہوتے ہیں یا وہ اپنے جذبات کے اظہار کا حق نہیں رکھتی ہے۔ کیا قربانی دینا عورت ہی کا مقدر ہے۔

عورت کی بھی خواہش ہوتی ہے کہ وہ اپنی خواہش کا اظہار کرے۔ اس کی فکر کرنے والا اور خواہش کو پورا کرنے والا موجود ہو۔ وہ چاہتی ہے کہ وہ روٹھے تو کوئی منانے والا ہو۔ اسے اپنے باپ، بھائی اور شوہر پر بہت مان ہوتا ہے وہ چاہتی ہے کہ جس طرح وہ ان سب کی خوشیوں کا احترام کرتی ہے، ان کی فکر کرتی ہے اسی طرح اس کی بھی فکر کی جائے۔ اس کا مان رکھا جائے۔ اس کے جذبات کا خیال رکھا جائے اور اس کے دل کو خوشیوں سے ہمکنار کرنے کا اہتمام کیا جائے۔ یہ سب عورت کا حق بھی ہوتا ہے اور اس کی عورت کو ضرورت بھی ہوتی ہے۔ جب اسے احساس ہوگا کہ اس کی خوشیوں کا خیال رکھنے والے موجود ہیں تو اسے ایک توانائی کا احساس ہوگا۔ وہ اپنے فرائض کو زیادہ اچھے طریقے سے نبھائے گی کیونکہ عورت صرف محبت اور توجہ چاہتی ہے۔

زیر نظر کتاب میں آج کی خواتین کے موجودہ مسائل کو پیش کیا گیا ہے۔

☆☆☆

عورت اور ملازمت

تاریخ کے بکھرے ہوئے ہزاروں لاکھوں صفحات میں سے کسی ایک پر یہ چھوٹا سا جملہ بھی کہیں درج ہے کہ "تم مجھے اچھی مائیں دو، میں تمہیں اچھی قوم دوں گا" یہ بات ایک رہنما نے اپنی قوم سے کہی تھی۔ بات چھوٹی سے ہے مگر اس کی تشریح بہت طویل ہو سکتی ہے۔ اس کی تمہید باندھنے کے لئے ہمیں بہت دور تک دیکھنا پڑے گا، ہاں البتہ ایک بات بہت ہی واضح ہے وہ یہ کہ ایک قوم کی تشکیل ایک عورت کی ہی مرہون منت ہوتی ہے۔ عورت کا یہ کردار کل بھی رہا ہے، آج بھی جاری ہے اور آئندہ بھی جاری رہے گا۔

پاکستان جیسے مشرقی ماحول میں عورت کو گھر کی چار دیواری کی زینت اور اس کی گود کو آنے والی نسل کے لئے تہذیب کا گہوارہ سمجھا جاتا ہے، لیکن جیسے جیسے تعلیم عام ہوتی گئی، اس کی خدمات کا دائرہ بھی بڑھنے لگا۔ روز بروز بڑھتی ہوئی مہنگائی نے گھر سنبھالنے والی عورت کو از خود یہ احساس دلایا ہے کہ اگر وہ اپنی اولاد کے بہتر مستقبل اور ان کی ضروریات کو پورا کرنے کے لئے معاشی طور پر کچھ کر سکتی ہے تو اسے یہ سب کچھ کرنا چاہیے اور اس نے ایسا ہی کیا۔

گزشتہ چند عشروں سے پاکستان میں عورت نہ صرف گھر کی دیکھ بھال بلکہ گھریلو معاشی حالات کو سدھارنے کے لئے بھی اپنا کردار بحسن وخوبی ادا کر رہی ہے اور زندگی کا کوئی شعبہ ایسا نہیں ہے، جہاں وہ اپنی خدمات سرانجام نہ دے رہی ہو اور اپنی قابلیت کا اعتراف نہ کروا رہی ہو۔ لیکن کیا عورت کے اس کردار کی گھریلو زندگی میں بھی اپنی ”خدمات اور اہمیت“ کا اعتراف کروایا ہے؟ اس بات کا جواب بہت کٹھن اور دردناک ہے۔

عورت گھر سے باہر نکلی تو اپنے والدین کی معاشی مجبوریوں کو کم کرنے کے لئے، شادی ہوئی تو شوہر کی کم آمدنی کو دیکھتے ہوئے وہ گھر سے باہر نکلی اور بچے ہوئے تو ان کے بہتر مستقبل اور تعلیمی ضروریات نے اسے گھر سے باہر نکل کر اپنا کردار ادا کرنے پر مجبور کیا۔

پاکستان کے حوالے سے دیکھیں تو ایک بہت بڑا شہر ہو یا ملک کے دور دراز حصے میں واقع کوئی چھوٹا سا دیہات، عورت ہر میدان عمل میں برسرپیکار ہے، لیکن اس کے باوجود اسے متعدد ایسے مسائل کا بھی سامنے کرنا پڑتا ہے جس سے اسے ایک طرف اپنی تمام تر خدمات ضائع ہوتی ہوئی محسوس ہوتی ہے تو دوسری طرف اس کی عزت نفس بھی بری طرح مجروح ہوتی ہے، مگر اس کے باوجود بھی وہ سب درد اپنے دل میں چھپائے، سب زیادتیوں سے درگزر کرتی ہوئی، مسکراتی ہوئی صرف اپنے گھر، اپنے والدین، اپنی اولاد اور سب سے بڑھ کر اپنے شوہر کے کاندھوں پر رکھے ذمہ داریوں کے بوجھ کو کم کرنے کے لئے معاشی میدان میں مسلسل برسرپیکار ہے۔

عورت کی اہمیت کا مجموعی طور پر ہم سب اعتراف کرتے ہیں، ذرائع ابلاغ ان کی اہمیت پر خصوصی مضامین اور مستقل سلسلے شائع کرتے ہیں، عالمی سطح پر ان کی اہمیت

اور معاشی کردار کے اعتراف میں خصوصی دن منائے جاتے ہیں، پاکستان بھر میں خواتین کے حقوق کے حوالے سے مختلف انجمنیں کام کر رہی ہیں، لیکن کیا یہ سب کچھ عورت کے اندر پوشیدہ دکھ کو کم کر سکی ہیں، اس کے ذہن پر لدے بوجھ کو تھوڑا سا ختم کر سکی ہیں اور گھر میں اس کو جس منفی صورت حال کا سامنا کرنا پڑتا ہے، اسے دور کر سکی ہیں، جس کا کہ تقریباً ہر روز ایک ملازمت پیشہ عورت کو سامنا کرنا پڑتا ہے۔

ایک مرد جب گھر سے باہر اپنی ذمے داریاں نبھانے کے لئے نکلتا ہے تو اس کے پیش نظر صرف ایک مقصد ہوتا ہے اور وہ ہے گھر کی کفالت کے لئے صرف رقم کما لینا، لیکن جب ایک عورت گھر کے معاشی حالات کو بہتر بنانے کے لئے باہر نکلتی ہے تو اسے کئی جہتوں پر لڑنا پڑتا ہے۔ وہ صبح اٹھتی ہے تو گھر والوں کے لئے ناشتا بنانا، بچے ہیں تو انہیں تیار کر کے اسکول بھجوانا اور پھر خود اپنی ذمہ داری نبھانے کے لئے ملازمت کی جگہ پر پہنچنا اور پھر گھر واپسی کے بعد صفائی ستھرائی کے معاملات نمٹانا، اہل خانہ کے لئے کھانا بنانا اور ان کی دیکھ بھال کے علاوہ بچوں کے تعلیمی معاملات دیکھنا، انہیں ہوم ورک کرنے میں مدد دینا اور جب شوہر تھکا ہارا گھر لوٹے تو اس کی دلجوئی کرنا۔ یہ سب وہ میدان ہیں جن پر ایک ملازمت پیشہ عورت کو تنہا مقابلہ کرنا پڑتا ہے۔ اگر اتفاق سے اس سے کچھ بھول چوک ہو جائے تو اس کی ساری خدمات ایک طرف رکھ کر اسے جس طعن وتشنیع کا نشانہ بنایا جاتا ہے۔

وہ ایک طرف تو اس کے سارے کئے کرائے پر پانی پھیر دیتا ہے تو دوسری طرف اسے شدید ذہنی دباؤ میں بھی مبتلا کر دیتا ہے۔ اس طرح نہ صرف اس کی جسمانی حالت بدتر ہوتی جاتی ہے بلکہ یہ کہنا زیادہ درست ہوگا کہ ملازمت پیشہ عورت اپنے اہل خانہ کے لئے ملازمت کی شکل میں جو قربانی دیتی ہے، اس کے نتیجے میں اس کی

اپنی پوری زندگی تباہ اور شخصیت مسخ ہو کر رہ جاتی ہے۔

کیا ملازمت پیشہ عورت کی زندگی کو آسان بنا سکتے ہیں، کیا ایک گھریلو عورت جب ملازمت کے لئے گھر سے باہر نکلتی ہے تو گھر لوٹنے پر ہم اس کے مسائل اور دکھ درد کم کرنے میں اپنا کردار ادا کر سکتے ہیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ عورت گھر سے باہر روزگار کے لئے کیوں نکلتی ہے؟ ذیل کے سروے میں ہم نے انہی سوالوں کے جوابات تلاش کرنے کی کوشش کی ہے۔

مسز گلشن شکور کی عمر 55 برس کے لگ بھگ ہے۔ انہوں نے عسرت کے ماحول میں آنکھ کھولی۔ والدین نے جیسے تیسے کر کے انہیں میٹرک تک تعلیم دلوائی، لیکن گھریلو حالات اور چھوٹے بہن بھائیوں کے باعث ان کے والدین معاشی لحاظ سے اس قابل نہیں تھے کہ ان کی تعلیم کا سلسلہ آگے تک جاری رہتا، لہٰذا انہیں گھر پر بیٹھنا فضول ہوگا، اس لئے انہوں نے والدین کی معاشی مدد اور کچھ کر لینے کے ارادے سے ہمت باندھی اور پھر ایک دو لوگوں کے مشورے سے انہوں نے اندازہ کیا کہ فی الوقت نرس کی ملازمت کر سکتی ہیں۔

جب انہوں نے اپنا یہ ارادہ والدین کے سامنے ظاہر کیا تو پہلے تو انہوں نے بیٹی کے ملازمت کرنے کو ہی باعث شرمندگی گردانا اور پھر یہ عذر تراشا کہ ملازمت کے بجائے شادی بہترین ہے، لیکن بات وہی برے معاشی حالات کی تھی۔ شادی کرتے تو کس طرح کرتے، لہٰذا مجبوراً انہوں نے ایک دو جاننے والوں کی مدد سے بھاگ دوڑ کی اور قصہ مختصر یہ کہ انہیں نرسنگ اسکول میں داخلہ مل گیا۔ سرکاری نرسنگ اسکول میں تعلیم حاصل کرنے کے دوران بطور وظیفہ ملنے والی رقم سے انہوں نے اہل خانہ کی مدد بھی جاری رکھی اور تعلیم بھی مکمل کی۔ کورس کی تکمیل کے بعد انہیں سرکاری سول اسپتال

میں تعینات کیا گیا۔ یوں وہ باقاعدہ طور پر نرسنگ اسٹاف کی حیثیت سے خدمات سر انجام دینے لگیں۔

اسی دوران ان کی شادی بھی ہوئی اور وہ اولاد کی دولت سے بھی مالا مال ہوئیں۔ اب وہ ریٹائر ہو کر اپنے پوتے پوتیوں کے ہمراہ خوش حال زندگی بسر کر رہی ہیں۔ جب ان سے پوچھا گیا کہ "عورت گھر سے باہر کیوں نکلتی ہے اور ملازمت پیشہ عورت کے والدین اور شادی کے بعد اپنے سسرال میں کن مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے؟ تو انہوں نے جواب دیا!

"مرد کی نسبت عورت زیادہ حساس ہے۔ وہ گھر کو ہی اپنی دنیا سمجھتی ہے اور اس کی ہر ممکن کوشش کرتی ہے کہ اس کا گھر، چاہے وہ والدین کا گھر ہو یا شوہر کا، خوش حال اور معاشی تنگ دستی سے آزاد ہو۔ آج کا دور ہو یا تیس، پینتیس برس پیشتر کا، معاشی حالات ہر دور میں عورت کے لئے مسئلہ بنے رہے ہیں، لیکن آج کے دور میں ایک تبدیلی آئی ہے اور وہ ہے تعلیم کے عام ہونے اور ذرائع ابلاغ کے افراط کے باعث شعور میں اضافے کی۔ یہی وجہ ہے کہ پہلے کی نسبت آج کی لڑکی یا شادی شدہ عورت کے سامنے گھر کے معاشی حالات کو تبدیل کرنے کے لئے اپنی صلاحیتوں کے استعمال کرنے کے زیادہ راستے موجود ہیں۔ پہلے ایک عام عورت سلائی کڑھائی یا کسی کے گھر پر برتن جھاڑو کا کام کر لینے کو ہی روزگار سمجھ لیتی تھی۔ ظاہر کہ اس سے آمدنی بہت قلیل ہوتی تھی، لہٰذا اس کی زندگی پھر سے روتے دھوتے گزرتی تھی۔ لیکن تعلیم کے عام ہونے کے باعث اب پہلے کی نسبت عورتیں اپنی صلاحیت کے مطابق باعزت کام کی تلاش زیادہ کرتی ہیں اور اس کا معاوضہ بھی انہیں بہتر ہی ملتا ہے لیکن ایک افسوس کا مقام یہ ہے کہ بات آج کے دور کی کریں یا تین چار عشرے قبل کی، عورت کی ملازمت

کھیت میں کام کرنے کی ہو یا کسی کے گھر جھاڑو برتن دھونے کی یا پھر ٹیچنگ یا نرسنگ کی، عورت کل بھی اپنے اہل خانہ کی نظر میں ڈھکے چھپے لفظوں میں مشکوک سمجھی جاتی تھی اور آج بھی مشکوک سمجھی جاتی ہے۔

وہ بات کو آگے بڑھاتے ہوئے کہتی ہیں کہ ”ملازمت پیشہ مرد ہو یا عورت، کسی بھی سبب انہیں کام کاج سے گھر لوٹتے ہوئے دیر سویر ہو ہی جاتی ہے۔ جوان لڑکی اگر ملازمت کے لئے گھر سے باہر نکلے تو والدین یا بھائی اس کے دیر سے گھر لوٹنے کو آزادی کے بے جا استعمال پر محمول کرتے ہیں۔ اس کے کردار کو مشکوک نظروں سے دیکھا جاتا ہے۔ تاہم والدین ان باتوں کا اتنا برملا اظہار نہیں کر پاتے ہیں جتنا کہ اس صورت حال کے سنگین نتائج شادی کے بعد برآمد ہوتے ہیں۔ ایک لڑکی والدین کے گھر میں ہو تو وہ اپنے والدین کی مدد کے لئے ملازمت کرتی ہے۔ اپنا گھر ہر لڑکی کا سپنا ہوتا ہے اور ہر ملازمت پیشہ لڑکی یہی سوچتی ہے کہ وہ اپنی معاشی مدد سے والدین کو اس قابل کرنے میں بھی مدد دے سکتی ہے کہ وہ اسے اپنے گھر بار کا کر سکیں اور وہ یہی سوچتی ہے کہ شادی کے بعد ملازمت نہیں کرے گی، لیکن شادی کے بعد اگر سسرال میں معاشی حالات درست نہ ہوں یا یہ کہ شوہر کی آمدنی قلیل ہو تو وہ پھر اپنے گھر کو ”آسودہ حال“ بنانے کے لئے ملازمت کرنے کے لئے باہر نکلتی ہے۔ دونوں صورتوں میں اس کی سوچ کا محور ”گھر“ ہی ہوتا ہے چاہے وہ ماں باپ کا گھر ہو یا شوہر کا، مگر افسوسناک بات یہ ہے کہ عورت گھروں میں کام کرنے والی ہو یا کسی بہت بڑے ادارے کی اعلیٰ ترین افسر ایک بات دونوں میں مشترک ہے اور وہ ہے گھر والوں کے منفی رویے۔ کہیں یہ منفی رویے بہت زیادہ ہوتے ہیں اور کہیں کم، مگر ہوتے ضرور ہیں اور لامحالہ ان کے اثرات بچوں پر بھی پڑتے ہیں۔ ملازمت پیشہ عورت کی یہ کوشش ہوتی ہے کہ ملازمت

کے باوجود وہ گھر، بچوں اور شوہر پر بھرپور توجہ دے۔ اسی کوشش میں وہ اپنا آپ تباہ کر لیتی ہے، اپنی شخصیت کو پس پشت ڈال دیتی ہے، لیکن ذرا سی بات، معمولی سی کوتاہی اس کی سب محنت پر پانی پھیر سکتی ہے۔ دفتر سے گھر لوٹنے میں ذرا سی دیر ہو تو سسرال والوں اور شوہر کا رویہ بدل جاتا ہے۔ یہ سب کیوں ہے؟ اس کی ایک ہی وجہ ہے وہ یہ کہ ہم مردوں کے بالادست معاشرے کے تصور کی ہی پیروی کرتے ہیں، حالانکہ اگر دیکھا جائے تو ملازمت پیشہ عورت مردوں کے بوجھ کو کم کرنے کے لئے ہی ملازمت کرتی ہے۔ مرد کے بالادست ہونے میں کوئی شبہ نہیں۔ ہر لڑکی، ہر شادی شدہ عورت گھر کے مرد سربراہ کو اپنا محافظ سمجھتی ہے، شوہر اس کے لئے ڈھال ہوتا ہے، لیکن اس کے باوجود اس کی خدمات کو نظر انداز کر کے اس پر الزامات تراشے جاتے ہیں۔ اس صورت حال کو بھی بدلا جا سکتا ہے۔ اگر ہم عورت کے اس کردار کو بحیثیت مرد تسلیم کرتے ہوئے شرم محسوس کرتے ہیں تو کم از کم معاشی جدوجہد میں اس کی اپنے مثبت رویوں کے ذریعے اخلاقی مدد کر سکتے ہیں۔ میرا تجربہ ہے کہ اگر ایک عورت کو اپنے باپ، بھائیوں اور سسرال میں شوہر کا تعاون حاصل ہو تو وہ گھر کو جنت بھی بنا سکتی ہے اور اگر یہ رویے منفی ہوں تو پورا گھر دوزخ کا منظر بھی پیش کر سکتا ہے۔ میرا خیال ہے کہ ہمیں عورت کی قربانیوں کا اعتراف کر کے اپنے ان رویوں پر غور کرنا چاہئے۔“

ثروت سلطانہ تین بچوں کی ماں ہیں اور ایک ادارے میں بحیثیت ایڈمن آفیسر کام کرتی ہیں۔ وہ کہتی ہیں کہ ”یہ بات درست ہے کہ ملازمت پیشہ خواتین کو گھریلو امور اور پیشہ ورانہ ذمہ داریاں نبھانے کے دوران ایک مرد کی نسبت زیادہ کام کرنا پڑتا ہے۔ تلخ حقیقت یہ ہے کہ اس کے کردار کو ہمیشہ مشکوک سمجھا جاتا رہا ہے۔ ایک شادی شدہ اور ملازمت پیشہ عورت گھر اور گھر سے باہر جن مشکلات سے دوچار ہوتی ہے،

ایک مرد اس صورت حال سے دو چار نہیں ہوتا ہے، لیکن پھر بھی وہ اپنے گھر اور بچوں
کے مستقبل کے لئے تمام باتیں نظر انداز کرتی ہے۔ سب تلخیوں کو برداشت کرتی ہے،
مگر صورت حال اس وقت اور زیادہ تشویشناک ہو جاتی ہے جب خود اس کے شوہر کا
رویہ مثبت نہ ہو۔ اگر شوہر ملازمت پیشہ بیوی کا ایک اچھا دوست ہے تو پھر زندگی سکون
میں رہتی ہے۔ میں تو والدین خصوصاً شوہروں سے یہی کہوں گی کہ ایک بیٹی یا ایک
بیوی جب گھر سے باہر نکلتی ہے تو صرف گھر کے معاشی حالات کی وجہ سے ہی بجائے
اس کے کہ ہم اس کا ساتھ دیں، الٹا اس کے "شخصی کردار" کو مشکوک سمجھنے لگتے ہیں۔ یہ
صورت حال نہایت تکلیف دہ ہے۔ اگر آپ ایک باپ یا بھائی ہیں تو پھر بہن اور بیٹی
کی مدد کریں اور اگر شوہر ہیں تو پھر بیوی کے اچھے ساتھی بنیں۔ اس کی اخلاقی مدد
کریں۔ اس کے دکھ سکھ کے ساتھی بنیں، کیونکہ وہ سب کچھ آپ کے گھر اور اپنے
بچوں کے لئے ہی کرتی ہے۔ اگر ایسا نہ کریں گے تو پھر یاد رکھیں کہ نہ صرف خاتون
بلکہ پورے گھر والوں کی زندگیوں پر بھی اس کے تلخ اثرات ہی پڑیں گے۔" ثروت
مزید کہتی ہیں کہ "میں شادی سے پہلے بھی ملازمت کرتی تھی اور چونکہ میرے شوہر کی
آمدنی بہت زیادہ نہیں تھی، لہٰذا میں نے ان کی اجازت اور تعاون سے اپنی ملازمت
جاری رکھی آج جبکہ میرے دونوں بیٹے اور بیٹی اچھے اسکولوں میں تعلیم حاصل کر رہے
ہیں تو ہم دونوں میاں بیوی یہی سمجھتے ہیں کہ اس میں اس بات کا بہت دخل ہے کہ میں
نے ملازمت جاری رکھی اور میرے شوہر نے مستقبل کی ضروریات کے پیش نظر نہ
صرف میری مدد کی بلکہ میری ساس نے بھی میرے چھوٹے بچوں کو بہت اچھے طریقے
سے سنبھالا، یہی وجہ ہے کہ آج ہم آسودہ زندگی بسر کرنے کے قابل ہو سکے ہیں۔"
خورشید بیگم کا تعلق راجن پور، پنجاب کے ایک گاؤں سے ہے۔ شادی کے ایک

سال بعد ہی وہ شوہر کے ساتھ کراچی آ گئیں اور یہاں کی ایک کچی آبادی میں کرائے
کے گھر میں رہتی ہیں۔ خورشید کے شوہر رنگ ساز ہیں، لہٰذا اکثر و بیشتر کام نہ ہونے کی
وجہ سے فارغ بھی رہتے ہیں۔ خورشید بیگم نہ تو پڑھی لکھی ہیں اور نہ ہی کسی فن میں
طاق، لہٰذا شوہر کا ہاتھ بٹانے کے لئے انہوں نے مختلف گھروں میں جھاڑو برتن کا کام
کرنا شروع کیا۔ ان کا کہنا ہے کہ "میں صبح سویرے گھر سے نکلتی ہوں اور دس بجے تک
دو تین گھروں میں کام کر کے لوٹتی ہوں تو میرے شوہر بچوں کو ناشتا کروا کر اسکول بھیج
چکے ہوتے ہیں۔ میرے گھر لوٹنے کے بعد وہ بھی کام پر چلے جاتے ہیں۔ اسی طرح
جب دو پہر کو بچے گھر لوٹ آتے ہیں تو میں سہ پہر کو تین، چار گھروں میں کام کرنے
کے لئے چلی جاتی ہوں اور مغرب کے وقت گھر لوٹ کر سب کے لئے کھانا بناتی ہیں
اور شام کو شوہر کے گھر آنے کے بعد ہم اکٹھے کھانا کھاتے ہیں۔" خورشید کہتی ہیں کہ
"میری آمدنی بہت تھوڑی ہے، لیکن اس سے ہم اپنے بچوں کے تعلیمی اخراجات
پورے کر رہے ہیں اور ہماری خواہش ہے کہ بچے پڑھ لکھ کر باعزت زندگی بسر
کریں۔" جب ان سے پوچھا کہ کیا شوہر کا تعاون انہیں اس سلسلے میں حاصل ہے؟ تو
انہوں نے جواب دیا! "میرے شوہر مجھ سے پورا تعاون کرتے ہیں۔ ان کی بھی
خواہش ہے کہ ہماری اولاد جاہل نہ رہے۔" یہاں تک کہنے کے بعد خورشید نے ٹھنڈی
سانس بھری اور کہنے لگیں۔ "کاش میرے والدین بھی مجھے پڑھا لکھا دیتے تو میں آج
بھی کہیں ڈھنگ کی ملازمت کر رہی ہوتی۔"

.......☆☆.......

کیا مرد عورت سے زیادہ ذہین ہوتے ہیں

اللہ تعالیٰ کی مخلوقات میں سب سے بہترین مخلوق انسان ہے اور انسانوں میں صنف نازک کا طبقہ اللہ تعالیٰ کی صناعی کا شاہکار ہے جبکہ دنیا کی ترقی کا دارومدار انسان کی ذہانت پر ہے، ذہانت قدرت کا عطیہ ہے یا انسان اسے حاصل کر سکتا ہے؟ یہ سوال صدیوں سے معمہ بنا ہوا ہے، تقریباً ڈھائی ہزار سال پہلے افلاطون نے اپنی کتاب جمہوریت میں لکھا تھا کہ!

''ذہانت موروثی ہوتی ہے اور یہ کہ جب اللہ تعالیٰ نے انسان کو بنایا کہ تو کچھ انسان کے خمیر میں سونا ملا دیا، یہ لوگ رعایا پر حکومت کرنے کے لئے پیدا کئے گئے ہیں جن کی تعمیر میں چاندی ملائی گئی، وہ افسر بنے، تانبے اور لوہے والے کاریگر اور کسان بنے، یہ بھی ہو سکتا ہے کہ سونے والے آدمی کے یہاں چاندی والا بیٹا پیدا ہوا یا چاندی والے آدمی کے یہاں سونے والا بیٹا پیدا ہوا، اچھے والدین کو اپنے بچوں کی تعمیر کے اینٹ گارے پر پوری توجہ دینی چاہئے اگر سونے والے ماں باپ کے یہاں لوہے اور تانبے والا بچہ پیدا ہو تو ان کو مایوس نہیں کرنا چاہئے بلکہ اسے کاری گر اور کسان بننے کی تربیت دینی چاہئے۔''

یہ تھا افلاطون کا نظریہ جس کی بعد میں تائید بھی ہوتی رہی اور مخالفت بھی۔

ذہانت کی پیمائش کیسے کی جائے؟ یہ ایک اور دشوار مرحلہ ہے، یہ اتنا آسان کام نہیں جیسے کمرے کی پیمائش کرنا یا کتاب کے ورق گننا مغربی ممالک میں سائنسدانوں نے ذہانت کی پیمائش کے طریقے دریافت کئے ضرور ہیں مگر یہ بھی 100 فیصد درست نہیں ہیں، عین ممکن ہے کہ جس انسان کی ذہانت کا امتحان لیا گیا ہے وہ اس وقت پریشان ہو یا بیمار ہو۔

اکثر بچے کلاس روم میں سوالات اچھی طرح حل کر لیتے ہیں لیکن کمرہ امتحان میں نروس ہو جاتے ہیں۔ سائنسدانوں نے ذہانت کا اوسط 100 رکھا ہے، جس انسان کو اس امتحان میں نوے اور 110 کے درمیان نمبر ملیں وہ اوسط درجے کے ذہانت کا مالک ہے، نوے سے کم نمبر پانے والا کند ذہن انسان ہے جبکہ 110 سے اوپر نمبر لینے والا بہت ذہین ہے۔

دنیا کی تقریباً آدھی آبادی 100 نمبر کے آس پاس ہے، 135 نمبر حاصل کرنے والے پی ایچ ڈی کر لیتے ہیں، گو ان کی تعداد کا تناسب 2 فیصد ہے، اس کے برعکس 70 سے کم نمبر حاصل کرنے والے پی ایچ ڈی بھی 2 فیصد ہے، اس طرح دنیا کی بڑی اکثریت اوسط درجے کے ذہن کی مالک ہے۔

ایک عام خیال ہے کہ ذہین انسان دنیا میں کامیاب ہوتے ہیں یہ بات بڑی حد تک سچ ہے لیکن 100 فیصد درست نہیں۔

انسان کی کامیابی میں صرف ذہانت کا حصہ نہیں ہوتا اس کے لئے عزم اور استقلال کے ساتھ مستقل مزاجی کی ضرورت بھی ہوتی ہے اگر ذہین انسان میں عزم اور ارادے کی کمی ہو تو وہ ترقی کی سیڑھیاں طے کرنے کے بجائے پستی کی طرف بھٹکتا رہتا ہے یہاں سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا مرد عورت سے زیادہ ذہین ہے؟ درحقیقت

مرد اور عورت کی ذہانت میں بھی فرق ہوتا ہے۔ عورت مرد کے مقابلے میں الفاظ پر زیادہ قدرت رکھتی ہے۔

اس کا اندازہ اس طرح لگایا جاسکتا ہے کہ اسکول یا کالج میں لڑکیاں گرامر، تلفظ اور الفاظ کی ادائیگی میں لڑکوں پر سبقت لے جاتی ہیں، اس کے علاوہ وہ دوسری زبانیں جلد سیکھ لیتی ہیں جبکہ مردوں کی نگاہ عورتوں سے تیز ہوتی ہے اس لئے وہ بہتر شکاری ہوتے ہیں۔

انہیں فاصلے، رفتار اور سمت کا بہتر اندازہ ہوتا ہے کار چلاتے وقت عورتیں اکثر راستہ بھول جاتی ہیں جبکہ آج کے دور میں لڑکے مشین اور کمپیوٹر سائنس میں لڑکیوں سے آگے ہیں وہ انجینئر، ڈرائیور، پائلٹ اور سائنسدان بن جاتے ہیں۔

ایک تازہ ریسرچ کے مطابق مرد اور عورت کے دماغوں میں بنیادی فرق پایا جاتا ہے۔ پیدائش کے وقت مرد کا دماغ عورت کے دماغ کی نسبت بڑا ہوتا ہے لیکن مرد کے دماغ کے ٹشوز عورت کے دماغ کی نسبت تین گنا تیزی سے ضائع ہوتے ہیں جس کے نتیجے میں مرد اگرچہ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ سنجیدہ اور باوقار ہوتے جاتے ہیں۔ لیکن ان کی عقل میں اضافہ نہیں ہوتا۔

جبکہ عورت کی عمر بڑھنے کے ساتھ انتظامی صلاحیتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے اور اس کی کام کرنے کی یادداشت بھی بڑھ جاتی ہے یہ ریسرچ سائیکالوجی کے دو میاں بیوی پروفیسرز مسٹر ڈاکٹر رائیل گڑ اور مسز ڈاکٹر روبن گڑ نے کی ہے۔ اس ریسرچ کے لئے انہوں نے روایتی طریق کار سے کام لینے کے بجائے جدید ٹیکنالوجی "پی آئی ٹی اور ایم آر آئی" کا سہارا لے لیا ہے۔

ایس ٹی آئی اسکینر کی قیمت ایک ملین ڈالر (چار کروڑ چالیس لاکھ روپے) ہے

دنیا کا سب سے قیمتی اسکینر ہے ریسرچ کے مطابق مرد کے دماغی ٹشوز میں تبدیلی کی وجہ سے بڑھتی عمر کے ساتھ وہ عورت کی نسبت زیادہ غلطیاں کرتا ہے اور اس کی شخصیت بھی یکساں نہیں رہتی۔ مرد عورت تعلقات میں جذبات کے حوالے سے بھی دونوں کے مزاج میں بہت فرق ہے۔ عورت دلوں کے گہرے اور کم جسمانی تعلقات کی خواہش ہوتی ہے۔

ذہانت کے بارے میں ایک دلچسپ بات یہ ہے کہ اوسط درجے کی ذہانت میں عورت مرد سے آگے ہے۔ 90 سے 110 کے اوسط زمرے میں عورتوں کی اکثریت ہے۔ 130 کی ذہانت عورت میں کم پائی جاتی ہے۔ اسی طرح 70 کی ذہانت بھی ان میں پائی جاتی ہے اس طرح مرد ذہانت میں بھی عورت سے بازی لے جاتا ہے اور کند ذہنی میں بھی۔

عورت کمپنی ڈائریکٹر نہیں بنتی نوبل پرائز نہیں لیتی۔ لیکن مردوں کے مقابلے میں عورت کامیاب افسر ہوتی ہے کیونکہ موجودہ ٹیم ورک پر مبنی دفتر نظام کے لئے خواتین کے انتظام و انصرام کا طریق کار زیادہ موزوں ثابت ہوتا ہے اور خواتین مردوں کے مقابلے میں زیادہ محنت سے کام کرتی ہیں یہ بات ایک بین الاقوامی سروے رپورٹ میں کہی گئی ہے۔ رپورٹ کے مطابق خواتین منیجروں سے اس بات کی زیادہ توقع کی جاتی ہے کہ وہ نئے نئے آئیڈیاز اور فرائض کی ادائیگی کے جدید طریقوں کی حوصلہ افزائی کرتی ہیں۔

......☆☆......

کیا آپ ایک کامیاب خاتون باس ہیں؟

یہ ایک اہم مسئلہ ہے۔ کم از کم اس معاشرے میں جہاں ابھی تک خواتین کو مردوں سے کمتر سمجھا گیا ہے۔ بدقسمتی سے ہمارے یہاں بھی کچھ ایسا ہی ہے۔ بہت سے مرد حضرات کا یہ خیال ہے کہ خواتین عقلی، ذہنی اور جسمانی لحاظ سے مردوں کے برابر نہیں ہو سکتیں۔ وہ عورتوں کی برتری یا ان کی خوبیوں کا اعتراف کر ہی نہیں سکتے۔

ان حالات اور ایسے ماحول میں اگر کوئی خاتون کسی اعلیٰ عہدے پر فائز ہو جائے۔ کسی فرم وغیرہ کی باس ہو جائے تو اس کے ساتھ کیا کیا دشواریاں پیش آ سکتی ہیں۔ اس کا اندازہ کرنا مشکل نہیں ہے۔ ایسے ماحول میں کسی خاتون کے لئے اپنے آپ کو تسلیم کروا لینا کچھ آسان نہیں ہوتا۔ اسے آپ کو مارنا پڑتا ہے۔ بہت صبر اور ضبط کا مظاہرہ کرنا پڑتا ہے۔ تب جا کر اس کی ایک واضح حیثیت متعین ہوتی ہے۔ فرض کریں کہ وہ خاتون باس آپ ہیں۔ پھر ایسی صورت میں آپ کیا کریں گی۔ آیئے ہم آپ کو چند مشورے دیتے ہیں۔ جن پر عمل کر کے آپ حالات کو اپنے قابو میں کر سکتی ہیں۔

یہ کام کریں

1- بالکل پرسکون رہیں

چاہے اردگرد کے حالات کیسے ہی کیوں نہ ہوں۔ چاہے آپ کو بھڑک اٹھنے کی

تحریک دلائی جا رہی ہو۔ اگر آپ خود کو پرسکون رکھنے میں کامیاب ہو گئیں تو یہ سمجھ لیں کہ آپ نے آدھا میدان مار لیا۔ آدھی دنیا فتح حاصل کر لی۔

ہو سکتا ہے کہ آپ کو کسی بات پر بے پناہ غصہ آ رہا ہے۔ آپ کسی کو برا بھلا کہنا چاہتی ہوں تو آپ کے باس بننے کا یہ بالکل ابتدائی مرحلہ ہے۔ اس لئے دل ہی دل میں تو برا بھلا ہی کہیں لیکن بلند آواز میں اظہار نہ کریں۔ یہ مشورہ آپ کو اس لئے دیا جا رہا ہے کہ آپ چاہے اسے تسلیم کریں یا نہ کریں۔ لیکن یہ حقیقت ہے کہ جب کسی عورت کو غصہ آ جاتا ہے تو پھر وہ جنونی انداز میں چیخنا چلانا شروع کر دیتی ہے اور ایک تماشا بن کر رہ جاتی ہے۔ آپ تو ایسا نہیں چاہیں گی۔ اس لئے خود پر کنٹرول کر لیں۔

2- اپنی آنکھیں اور کان کھلے رکھیں

سنیں۔ دیکھیں کہ آپ کے اردگرد کیا ہو رہا ہے۔ دفتر میں آپ کے حق میں یا آپ کے خلاف کیسی باتیں ہو رہی ہیں۔ سن گن لیتی رہیں۔ لیکن خود اپنی رائے کا اظہار نہ کریں۔ اپنے اسٹاف کو اپنے مسائل بیان کرنے دیں۔ تحریک دلائیں کہ وہ خود اپنے پرابلمز آپ کے سامنے پیش کریں۔ فی الحال کوئی رائے ظاہر نہ کریں۔ کوئی مشورہ نہ دیں۔ بس سن لیں اور سمجھنے کی کوشش کریں۔ اسٹاف آپ کے سامنے آ کر ایک دوسرے پر الزامات لگائے گا۔ ایک دوسرے کی برائیاں اور کمزوریاں بیان کرنے کی کوشش کرے گا۔ لیکن آپ کی عقلمندی یہی ہو گی کہ فوری طور پر کسی نتیجے یا فیصلے پر پہنچنے سے گریز کیا جائے۔ یہ اصول اور یہ عادت آئندہ چل کر آپ کے کام آتی رہے گی۔ ہو سکتا ہے کہ یہ بھی کہا جائے کہ میڈم فلاں آدمی آپ کے بارے میں یہ کہہ رہا تھا۔ بس اس کی بات سن کر نظر انداز کرنے کے انداز میں مسکرا دیں اور کسی ردعمل کا اظہار نہ کریں۔

3-ذمہ داری قبول کرلیں

فرض کریں اگر آپ سے کوئی غلطی ہوگئی ہے تو اس کا الزام دوسروں پر عائد کرنے کے بجائے فراغ دلی اور حوصلہ کے ساتھ اس کی ذمہ اری قبول کرلیں کیونکہ الزام کسی اور کو دینے سے کوئی فائدہ نہیں ہوگا۔ چاہے وہ غلطی کتنی ہی بڑی ہی کیوں نہ ہو۔ اس طرح ذمہ داری قبول کر لینے کے بعد آپ نہ صرف باحوصلہ رہیں گی بلکہ آپ کو بے پناہ سکون بھی ملے گا اور آپ کا ضمیر بھی مطمئن رہے گا۔ مقصد یہ ہے کہ صورت حال کو فیس کرنے کا حوصلہ پیدا کریں۔

4-اسٹاف کی ایک فرد بن جائیں

یہ ٹھیک ہے کہ آپ ان کی باس ہیں۔ لیکن ان کے اور اپنے درمیان فاصلہ اس وقت رکھیں جب انہیں کسی بات پر تنبیہ کرنی ہو۔ جب اصولوں کی بات ہو۔ جب آپ یہ محسوس کریں کہ آپ اپنی جگہ بالکل درست ہیں وگرنہ دوسری صورت میں ٹیم ممبر بن کر کام کریں۔ سب آپ سے خوش بھی رہیں گے اور آپ کا ساتھ بھی دیں گے۔

5-اپنی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار کریں

خواتین یہ سمجھتی ہیں کہ مردوں میں انتظامی صلاحیتیں زیادہ ہوا کرتی ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ یہ بات درست بھی ہو لیکن آپ بھی کم نہیں ہیں اور نہ ہی آپ کو ایسا سوچنا چاہئے۔ آپ میں بھی صلاحیتیں موجود ہیں۔ ذرا ان کو بیدار تو کریں۔ اپنی توجہ، دھیان، قوت ارادی اور معاملہ فہمی کی قوتیں استعمال کریں۔ ان کو بیدار کرنے کی کوشش کریں۔

6-غلطیوں سے پریشان نہ ہوں

انسان تو خطا کا پتلا ہوتا ہے۔ آپ نے غلطیاں کردی ہیں۔ یا آپ سے کوئی فیصلہ غلط ہوگیا ہے تو مایوس اور بددل نہ ہوں کیونکہ یہ انسانی فطرت ہے۔ دنیا میں ایسا کوئی بھی انسان نہیں ہوگا جس سے غلطیاں نہ ہوتی ہوں۔ اصل بات یہ ہے کہ آپ کو ان غلطیوں کا احساس ہوگیا ہے۔ آپ نے کمپیوٹر کی غلطیاں بھی سنی ہوں گی۔ حالانکہ وہ کتنا مکینیکل ہوا کرتا ہے۔ پھر آپ تو انسان ہی ہیں۔ اگر آپ سے کوئی غلطی ہو بھی گئی ہے تو اس میں کون سی ایسی انوکھی بات ہوگئی جس کے لئے آپ اتنی پریشان ہو رہی ہیں۔

یہ نہ کریں

1-عورت ہونے کا فائدہ نہ اٹھائیں

آپ اس مقام پر اپنے عورت ہونے کی وجہ سے نہیں پہنچی ہیں بلکہ اپنی صلاحیتوں کی بنا پر آئی ہیں۔ اس لئے آپ اس بات کا سوال نہ اٹھائیں کہ آپ عورت ہیں۔ آپ اپنے کام، اپنی ذہانت اور اپنی محنت سے اپنی افادیت ثابت کردیں۔ اگر کوئی کام مشکل ہو اور آپ کے دفتر کا کوئی شخص آپ کو مدد کی پیشکش کرے تو آپ بڑی نرمی سے انکار کردیں اور وہ کام بھی خود کریں۔ آپ نے جب شروع کردیا تو پھر آپ کا کام بہت آسان ہوجائے گا۔

2-پرانے اصول نہ بدلیں

آپ جس دفتر میں آئی ہیں۔ وہاں کے پرانے باس نے بھی تو کچھ اصول وضع

کئے ہوں گے۔ آپ خود کو اس سے مختلف ثابت کرنے کے لئے فوری حکم کے تحت ان اصولوں کو تبدیل کرنے کی کوشش نہ کریں۔ آپ کا یہ عمل آپ کے خلاف بھی جا سکتا ہے۔

3-خراب روایت کو نہ اپنائیں

پہلا باس دفتر کے ساتھیوں کے ساتھ مل کر غیبت کیا کرتا تھا۔ یا ایک دوسرے کے خلاف سازش ہوتی تھی۔ کوئی ضروری نہیں کہ اگر یہ دفتر آپ کے پاس آیا ہے تو اس روایت کی پاسداری بھی آپ کو کرنی ہے۔ ہرگز نہیں۔ آپ خود کو اس کٹھن راہ سے بچا کر گزر بھی سکتی ہیں۔

4-اسٹاف میٹنگ سے نہ گھبرائیں

یہ بات مشاہدے اور تجربے میں آئی ہے کہ بہت سی خواتین منیجر اس لئے ناکام ہو جاتی ہیں کہ وہ اسٹاف میٹنگ سے گھبرایا کرتی ہیں۔ وہ اسٹاف ممبرز کا سامنا نہیں کر پاتیں۔ اس لئے بہت سی باتوں کا انہیں علم ہی نہیں ہو پاتا۔ آپ ایسا نہ کریں۔ بلکہ بہادری اور پورے حوصلے کے ساتھ اسٹاف میٹنگ میں حصہ لیں۔ ان کی باتیں سنیں اور اپنی باتیں کہیں۔ اس طرح اسٹاف ممبرز آپ پر بھروسہ کرتے چلے جائیں گے۔

5-الزام منتقل نہ کریں

اگر دفتری معاملات میں خرابی پیدا ہو رہی ہے تو لامحالہ اس کی ذمہ داری آپ پر عائد ہوتی ہے کیونکہ آپ ہی سارے معاملات کی نگراں ہیں۔ ساری ذمہ داریاں آپ کی ہیں اور اگر سب کچھ ٹھیک ٹھاک چل رہا ہے تو یہ سمجھ لیں کہ آپ کے ماتحتوں کی

[illegible] ہے۔ اگر کوئی خرابی پیدا ہو گئی ہے تو الزام کسی اور پر نہ دیں۔ جب کسی دفتر کی باس یا منیجر ایسا کرتی ہے تو اسٹاف کی نگاہوں میں اس کی عزت ختم ہو جاتی ہے۔ آپ کو اپنی عزت بنا کر رکھنی ہے۔ اس لئے آپ ذمہ داریوں کے ساتھ ساتھ خرابیوں کو قبول کرنے کا حوصلہ پیدا کریں۔

6-اصول سب کے لئے

آپ اپنے دفتر کی سربراہ ہیں۔ دفتر کے کچھ اصول ہیں۔ آپ یہ چاہتی ہیں کہ ان کی پاسداری کی جائے، ان پر پورا عمل ہو اور دفتر کے ڈسپلن کے لئے بھی یہ بہت ضروری ہے۔ لیکن سب سے پہلے آپ کو خود ان اصولوں کی پابندی کرنی ہوگی تاکہ آپ کا اسٹاف آپ کی تقلید کر سکے اور کسی کو یہ کہنے کا موقع نہ ملے کہ واہ ہماری میڈم تو خود ایسا کرتی ہیں۔ دفتر دیر سے آنا۔ جلدی جانا۔ چھٹیاں کرنا۔ دیر تک لنچ کرتے رہنا یا دوستوں سے گپ شپ۔ یہ سب آپ کو ختم کرنا ہوگا۔ تب اپنے اسٹاف کو ان اصولوں پر عمل کرنے کی تلقین کر سکیں گی۔ ورنہ آپ کی بات کوئی نہیں مانے گا۔

7- گفتگو میں محتاط رہیں

اسٹاف کے سامنے اپنے مسائل لے کر نہ بیٹھ جائیں۔ اپنے گھریلو مسائل اور اپنی دشواریوں کو اپنے آپ تک رکھیں۔ ان کے سامنے بیان نہ کریں۔ آپ دفتر کی باس ہیں۔ اس لئے آپ کے اور ان کے درمیان ایک مناسب فاصلہ بہت ضروری ہے۔

بس ان باتوں پر عمل کر جائیں۔ پھر آپ ایک کامیاب باس ہیں۔

......☆☆......

ملازمت پیشہ خواتین کو زیادہ آرام کی ضرورت ہے

آفس، فیکٹری یا اسی قسم کی کام کی دوسری جگہوں پر سونا، انتہائی برا محسوس ہوتا ہے۔ لیکن اگر بات خواتین کی ہو رہی ہو تو پھر اس سلسلے میں ریسرچ کی ضرورت ہے۔

آیئے اس کی وجوہات پر غور کرتے ہیں۔ یہ درست ہے کہ خواتین کو مردوں کے مقابلے میں زیادہ نیند درکار ہوتی ہے، اکثر گھروں میں خواتین پورے گھر میں اٹھنے والی پہلی اور رات کو دیر سے سونے والوں میں بھی آخری خواتین ہوتی ہیں اور اس کے درمیان میں انہیں گھر میں ڈھیروں کام کاج کرنے ہوتے ہیں۔ اس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ انہیں پورے دن میں جب بھی کبھی وقت ملتا ہے ان پر غنودگی طاری ہونا شروع ہو جاتی ہے۔

اس سلسلے میں مختلف ریسرچرز کی رپورٹ کے مطابق ایسی خواتین کا دوپہر یا سہ پہر میں آرام کرنا ان کی صحت اور کارکردگی میں بہتری کے لئے ضروری ہے۔ اس طرح ان کی یادداشت پر بھی اچھا اثر پڑتا ہے۔ اسی طرح جاپانی ماہرین کا کہنا ہے کہ ایسی خواتین جو آفس ورکرز ہیں اور گھر پر بھی ان کی ذمہ داریاں ہوتی ہیں، ان کا آفس میں سونا اگرچہ عجیب محسوس ہوتا ہے لیکن یہ بھی سچ ہے کہ انہیں گھر اور آفس کی ڈبل ذمہ داریوں کی وجہ سے دوسری خواتین کے مقابلے میں زیادہ آرام کی ضرورت ہے۔ اس سلسلے میں انہیں رات جلد سو جانا چاہیے تاکہ وہ اپنی نیند کو کسی حد تک کنٹرول میں رکھ کر اپنی کارکردگی بہتر بنا سکیں اور آفس میں لنچ کے بعد سونے یا آرام کرنے کے بجائے لنچ کافی کو ترجیح دینی چاہیے۔

لیکن اگر آپ کے آفس میں سونے اور آرام کرنے کا ماحول بھی میسر ہے یا آپ اپنا ذاتی کاروبار کرتی ہیں اور گھر پر ہی کام کرتی ہیں تو آپ اس سلسلے میں خوش قسمت ہیں۔ ویسے تو رات کی نیند کا نعم البدل نہیں ہے لیکن آپ یہ نہ سمجھیں کہ آپ کو دن میں سونے کے لئے کئی گھنٹے درکار ہوتے ہیں بلکہ اس کام کے لئے بیس منٹ بھی کافی ہیں۔ نیند کا اثر براہ راست انسانی میمری اور rapid eye (REM) movement سے ہوتا ہے۔ دن میں اگر دوپہر کے کھانے کے بعد آدھا گھنٹہ یا بیس منٹ بھی سولیا جائے تو یہ نیند رات کے آخری ایک پہر کے برابر ہوتی ہے اور اٹھنے کے بعد کی تمام کارکردگی دن کے پہلے حصے سے کہیں بہتر بن سکتی ہے۔

چونکہ مغربی ممالک میں رات کی نیند کو زیادہ اہمیت نہیں دی جاتی اس لئے دن میں رات کی نیند کے بدلے سونا مغربی ممالک سے ہی روایت ہے۔ نیویارک میں ایمپائر اسٹیٹ بلڈنگ کے چوبیسویں فلور پر میٹرو نیپس واقع ہے۔ میٹرو نیپس ادارے کی کمپنی کے ماہرین کا کہنا ہے کہ ہم یہاں ان لوگوں کے لئے آرام میسر کرتے ہیں جو دن بھر کے تھکے ہوئے ہوتے تھے، ان میں مختلف شعبوں سے تعلق رکھنے والے بزنس مین ٹورسٹ یا پھر مسافروں کی زیادہ تعداد شامل ہے۔ یہاں پہنچ کر آپ صرف چودہ ڈالرز میں ایک گھنٹے کا سیلنگ پوڈ خرید سکتے ہیں۔ یہاں ہم ان لوگوں کیلئے چند مفید معلومات اور ٹپس دے رہے ہیں جو پاور نیپنگ کے خواہشمند ہوں۔

(1) اس سلسلے میں سب سے پہلی شرط تو یہ ہے کہ جہاں آپ سونا چاہتے ہیں وہاں شور وغل بالکل نہیں ہونا چاہیے اور ہر قسم کا سکون ہونے کے ساتھ ساتھ ہوا کی فراہمی بھی بہتر ہونی چاہیے۔ اگر آپ کے آفس کا ورک پلیس کے ساتھ کوئی کیبن وغیرہ ہے تو زیادہ بہتر ہے سونے سے قبل اپنے موبائل فون وغیرہ آف کر دیں۔ ایسی جگہوں کا انتخاب کریں جہاں دن میں بھی کسی کا آنا جانا کم ہو چونکہ آپ تھوڑی ہی دیر کے لئے

آرام کررہے ہیں لہٰذا یہ ضروری ہے کہ آپ کی یہ نیند مکمل اور کسی تکلیف کے بغیر ہو۔

(2) اس بات کا فیصلہ کریں کہ آپ کتنی دیر کے لئے سونا چاہتی ہیں۔ مردوں کے مقابلے میں خواتین کو کم از کم دن میں آدھا گھنٹہ کی مکمل نیند درکار ہوتی ہے جبکہ مردوں کے لئے پندرہ سے بیس منٹ بھی کافی ہیں۔ اس تعین کے بعد ایسا بہتر الارم سسٹم بھی نصب کریں جو آپ کے وقت کو ضائع کرنے سے بچا سکے کیونکہ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ آدھے گھنٹے سے زیادہ سوتی رہیں۔

(3) اگر دوران نیند کسی وجہ سے آپ ڈسٹرب ہو جاتی ہیں تو اٹھ کر نہ بیٹھ جائیں بلکہ اپنی آنکھوں کو اسی پوزیشن میں بند رکھیں، اس سے بے شک آپ کو وہ افادیت تو نہیں حاصل ہو سکے گی جو مکمل پاور نیپنگ میں ہوتی ہے لیکن اس سے آپ کی نروس پاور سوئی رہے گی اور ذہن جاگتا رہے گا لیکن اگر دوسری صورت میں اٹھ کر بیٹھ گئیں تو آپ پہلے سے بھی زیادہ ڈسٹرب ہو سکتی ہیں۔ لہٰذا بہتر یہی ہے کہ شور وغل کے ماحول میں بھی آنکھیں مکمل طور پر بند رکھیں اور ذہن کو مکمل طور پر آزاد چھوڑ دیں اس طرح باقی تمام جسم مکمل نیند کی صورت اختیار کر جاتا ہے جبکہ آپ کا ذہن بدستور جاگتا رہتا ہے۔

یہاں ہم یہ بھی بتاتے چلیں کہ پاور نیپس کوئی نیا سائنسی طریقہ کار نہیں ہے۔ بلکہ یہ تو زمانہ قدیم سے لوگوں میں چلا آرہا ہے۔ اب یہ طریقہ صرف اس لئے استعمال کیا جاتا ہے کہ اس سے لوگ اپنی کارکردگی میں بہتری اضافہ کرتے ہیں جبکہ دوسری طرف ان کی رات کی باقی نیند بھی پوری ہو جاتی ہے۔ آج کے ترقی یافتہ دور میں کئی غیر ممالک کی بڑی بڑی کمپنیوں نے اپنے ملازمین کی کارکردگی پر ریسرچ کے بعد کمپنی کے احاطے میں ہی مکمل آرام دہ کمرے بنا دیئے ہیں، جس میں ان کے ملازمین آرام کر سکتے ہیں اور کمپنی کے لئے اپنی کارکردگی پہلے سے بھی بہتر بنا سکتے ہیں۔

حسد اور رقابت عورتوں کی فطرت میں شامل ہے

عورتیں حسد کا شکار اتنی کیوں ہوتی ہیں؟ کیا اس کی وجہ ان کے اندر پایا جانے والا عدم تحفظ کا گہرا احساس ہے؟ وجہ کچھ بھی ہو لیکن ہم خواتین کو پوری کوشش کرنی چاہئے کہ اس منفی جذبہ سے چھٹکارا حاصل کرسکیں جو ہم کو اندر سے زنگ لگا دیتا ہے۔

بہت سارے شاعروں، لکھاریوں اور ڈرامہ نویسوں نے عورتوں کی ایک خصوصیت کے بارے میں لکھا ہے جو بہت تباہی و بربادی کا باعث بنتی ہیں۔ یہ خصوصیت عالمی سطح پر پائی جاتی ہے۔ اس معاملہ میں رنگ، نسل اور مذہب کی حدود پیچھے رہ جاتی ہیں اور پوری نسوانی برادری اس کا شکار ہوتی ہے۔ وہ خصوصیت منفی نوعیت کی ہے اور اس کو حسد کا نام دیا جاسکتا ہے۔

تاریخ پر ایک نگاہ ڈالنے سے اندازہ ہوتا ہے کہ بہت ساری جنگوں، تخت و تاج سے محرومی، سروں کا تن سے جدا ہونا اور بے شمار مصائب کا سبب محض یہ شیطانی جذبہ رہا ہے۔

کیا یہ واقعی صرف خواتین کے اندر پایا جانے والا جذبہ ہے یا پھر اس نے اپنے پنجے مرد ذات کے اندر بھی گاڑھ رکھے ہیں؟ اگر موضوع کا گہرائی میں مطالعہ کیا جائے تو بہت سارے دلچسپ حقائق سامنے آئیں گے۔

پیشہ ورانہ رقابت اور شخصی رقابت تو مردوں میں بھی پائی جاتی ہے۔ یہ محض عورتوں ہی کی خصوصیت نہیں ہے لیکن اس بات سے انکار نہیں کہ عورتیں عموماً اس علت کا شکار نسبتاً زیادہ ہوتی ہیں۔ سسر اور داماد میں چپقلش بہت کم نظر آتی ہے جبکہ ساس اور

بہو کا تنازعہ صدیوں سے چلتا آ رہا ہے اور ابھی اس کے خاتمے کے کوئی آثار بھی نہیں ہیں۔

نند اور بھاوج کے درمیان پایا جانے والا رشتہ بھی اس جذبہ کا ایک افسوسناک مظاہرہ لئے ہوتا ہے۔ جہاں خاندان کے مرد افراد کے درمیان رشتوں کا تناؤ عموماً دکھائی دیتا ہے، وہیں خواتین کے درمیان کشیدگیاں عام ہوتی ہیں۔

اسی طرح آپ کو کسی دفتر میں دو برابری کی جگہوں پر فائز خواتین کے درمیان اچھی دوست شاید ہی ملے۔

اس لڑائی اور تعلقات کے تنازعہ کا سبب آخر کیا ہے؟ ایک جواب جو اس سوال کے نتیجے میں فوراً ذہن میں آتا ہے وہ حسد یا رقابت کا جذبہ ہے۔

ساس کا قضیہ:

بہو کے گھر میں داخل ہوتے ہی ساس عدم تحفظ اور جلن کے لبادہ میں لپٹ جاتی ہے اور اس کو ایک طرف دھکیل دیئے جانے اور گھر کے افراد پر کنٹرول ختم ہو جانے کا خدشہ پیدا ہو جاتا ہے۔ اس کو فکر ہوتی ہے کہ بیٹا جو پہلے کبھی اتنا فرماں بردار اور خاموش ہوتا تھا اور ماں کے قدم جہاں پڑتے وہاں کی زمین کو پوجتا تھا اب کم عمر عورت کے نظام سنبھال لینے کے بعد ایسا کرنے سے دست بردار ہو جائے گا۔

اور اس طرح طاقت کے حصول کی جنگ پہلے روز ہی شروع ہو جاتی ہے۔ بہو جب نئی ہوتی ہے، غیر یقینی اور عدم تحفظ کی صورت حال سے دوچار ہوتی ہے۔ ساس اسی وقت سے اپنی گرفت تمام معاملات اور تعلقات پر مضبوط کر لیتی ہے تاکہ اپنی پوزیشن کو مستحکم کر سکے۔

اس کے نتیجے میں دونوں کے درمیان لامحالہ کشمکش شروع ہو جاتی ہے جو ساری عمر

[illegible] ہے۔ دونوں شاید ہی امن و امان کے ساتھ گزارا کرنے کی اہل ہوتی [illegible] ایک نئی شادی شدہ خاتون تھی اور اپنے گھر ماحول میں مشکل سے ہی [illegible] ہو پائی تھی اس کی ساس نے اس کے کیے ہوئے ہر کام میں کیڑے نکالنے شروع کر دیئے۔ چاہے وہ اس کا لباس ہو، اس کا ہیئر اسٹائل ہو، رویہ، اس کا پکایا ہوا کھانا یا پھر اس کا کام، اس کی ہر چیز غلط لگتی تھی۔

اس سے شہلا بے دلی کا شکار ہو گئی اور اس کو اپنے سسرال کے ماحول میں دم گھٹتا محسوس ہونے لگا۔ وہ جتنی بھی کوشش کرتی، اپنی ساس کو خوش کرنے میں ناکام رہتی۔

روز روز کے طعنوں اور تنقید سے اکتا کر وہ آخر کار ضد پر اتر آئی اور جواب دینا شروع کر دیا۔ نتیجہ میں شہلا اور اس کی ساس کے درمیان ایک نہ ختم ہونے والا تنازعہ شروع ہو گیا۔ اس نوعیت کی رقابت نند اور بھاوج میں بھی دکھائی دیتی ہے۔ نندوں کو اپنے چہیتے بھائیوں پر سے کنٹرول ختم ہونے کا خوف اپنی ماں کی طرف داری پر مجبور کر دیتا ہے اور وہ دلہن کے خلاف منصوبہ بندی کرنے لگتی ہیں۔ اگر دلہن مضبوط شخصیت کی حامل ہو تو وہ بھی خود کو منوانے کی کوشش شروع کر دیتی ہے اور سسرال والوں کو نیچا دکھانا اپنا مقصود بنا لیتی ہے۔ خاندان میں چلنے والی یہ رسہ کشی بے پناہ تلخیوں اور ناپسندیدگیوں کا باعث بنتی ہے۔

کسی دوسری خاتون سے آپ اپنی کامیابی یا عہدہ کے حصول کا تذکرہ کریں اور اس کی آنکھوں میں رقابت کے سبز جذبہ کو اترتا دیکھ لیں۔ شاذونادر ہی کوئی عورت کسی دوسری عورت کے حسن یا عقل کی تعریف کرے گی۔ زیادہ تر وہ ایک دوسرے کو نیچا دکھانے کی کوشش کرتی ہیں۔ خصوصاً اس وقت جب ان کا شوہر اس عورت کی تعریف کرے۔ یہ صرف جلن ہی نہیں بلکہ عدم تحفظ کا ایک احساس ہے۔ جو ان کو اس چیز پر اکساتا ہے۔

مجھے یاد پڑتا ہے کہ چند برس قبل ایک عورت سے میرا تعارف اس کے شوہر نے کرایا تھا۔ اس کا شوہر میرے لکھنے کی تعریف کر رہا تھا اور میں اس عورت کے اندر سے رقابت ابھرتے دیکھ رہی تھی۔ صورت حال کو ٹھنڈا کرنے کے لئے میں نے اس عورت سے دوستانہ انداز میں گفتگو شروع کر دی اور اس کی دلچسپیوں اور ٹیلنٹ کے بارے میں معلومات حاصل کرنے کی کوشش کی۔ مجھے جلد ہی معلوم ہوا کہ وہ ایک ماہر باورچی تھی۔

اس طرح مجھے ایک اشارہ مل گیا۔ میں نے اپنے اندر کھانا پکانے کی صلاحیتوں کے فقدان کا ذکر شروع کر دیا اور اس سے قبل کہ وہ اس بارے میں محسوس کرتی، اس نے مجھے نئی ترکیبیں بتانی شروع کر دی تھیں۔ اس واقعہ کے بعد ہم اچھی دوست بن چکی تھیں۔ ترکیب یہ ہے کہ آپ دوسرے شخص کو اس کی اہمیت کا احساس دلائیں اور اس کے اندر سے اس کے اپنے بارے میں غلط تصور کو مٹانے کی کوشش کریں جو رقابت کا باعث بنتے ہیں۔ ایک بیوی جس کو اپنے شوہر کے دل میں اپنی جگہ کا احساس یقینی طور پر نہ ہو ہمیشہ کسی دوسری عورت کو نیچا دکھانے کی کوشش کرے گی۔ جس کی جانب اس کے شوہر کی توجہ جائے گی۔ اس کی وجہ بیوی کے اندر پایا جانے والا عدم تحفظ کا احساس ہے۔

ایک روز ایک دعوت کے دوران میں نے انیلا کے شوہر سعید کو کسی دوسری عورت کی تعریف کرتے سنا۔ "کیا وہ بیگم عالیہ مراد نہیں ہیں؟" اس نے پوچھا۔ "وہ اس سرخ لباس میں کتنی زبردست لگ رہی ہیں؟"

ناگواری سے انیلا نے فوراً جواب دیا۔ "میرے خیال میں تو یہ رنگ ان کے پھوہڑ پن کو صاف ظاہر کر رہا ہے۔ اس عمر کی عورتوں پر سرخ لباس نہیں جچتا۔ ان کو چاہئے کہ یہ رنگ کم عمر کی عورتوں کے لئے چھوڑ دیں۔" بہر حال حسد اور رقابت کی بڑی وجہ عورت کے اندر پایا جانے والا عدم تحفظ کا شدید احساس ہے۔

ملازمت پیشہ خواتین کے لئے رہنما اصول

کسی کا ماتحت ہونا آسان نہیں ہے۔ ایک ماتحت کو اپنی عزت نفس کو مجروح کئے بغیر اپنے باس کو خوش رکھنا پڑتا ہے۔ اس کی باتوں سے اتفاق کرنا پڑتا ہے اور اگر اختلاف ہو تو ایسے انداز میں اظہار کرنا پڑتا ہے کہ اس کی طبیعت پر یہ بات بار نہ گزرے۔ یہ سب کچھ بہت مشکل ہوتا ہے۔ اگر باس نک چڑھا ہو تو معاملہ اور بھی پیچیدہ اور تکلیف دہ ہو جاتا ہے۔ ایسی ہی باتیں اس باس کے لئے بھی کہی جا سکتی ہیں جو وقت کا پابند ہو اور ہر کام اپنی مرضی کے مطابق وقت پر چاہتا ہو۔ یہ دیگر ماتحتوں کی خوش قسمتی ہے کہ ان کے باس مس عذرا کے باس کی طرح تنک مزاج اور سخت نہیں ہیں۔ مس عذرا کے باس بے حد غصہ ور، اکھڑ مزاج اور بال کی کھال نکالنے والی شخصیت کے مالک ہیں۔ یہ بات صرف ایک عذرا پر آ کر ہی نہیں رک جاتی ہے۔ پتا نہیں کتنی خواتین ماتحتوں کو اس طرح کے باس سے واسطہ پڑتا ہوگا۔ ذیل میں ہم دس ایسے اصول بتا رہے ہیں جنہیں اپنا کر آپ اپنے باس کو خوش اور مطمئن کر سکتی ہیں اور اپنے اور باس کے تعلقات کو خوش گوار بنا سکتی ہیں۔

اپنے باس کو جانیے

ایک بہتر تعلق اور ہم آہنگی کے لئے ضروری ہے کہ آپ اپنے باس کے بارے میں زیادہ سے زیادہ معلومات جمع کریں۔ اس کی شخصیت کے مثبت اور منفی پہلو سے آگاہی حاصل کریں۔ یہ اگرچہ آسان کام نہیں ہے مگر اتنا مشکل بھی نہیں ہے۔ آپ یہ

دیکھیں کہ وہ آپ سے کیا توقعات رکھتا ہے کس مسئلہ کو کس طرح نمٹانا پسند کرتا ہے اور اس کے کام کرنے کا طریقہ کار کیا ہے۔ اس کا مشاہدہ کریں اور خود کو اس کے مطابق ڈھالیں۔ اس سے نہ صرف تعلقات میں بہتری ہوگی بلکہ کوئی اختلافی مسئلہ درپیش ہو تو اس کے منفی اثرات قطعی مرتب نہیں ہوں گے۔ مثال کے طور پر اگر وہ منصوبہ بندی ایک ایک جزو پر زور دیتا ہے۔ تو اس کے خیالات کو نوٹ کر لیں اور اس کے مشورہ دینے میں تامل سے ہرگز کام نہ لیں۔ اس سے وہ یہ سمجھے گا کہ آپ کو اس کے کام سے دلچسپی ہے۔

اپنا کام خوبصورتی سے کریں

ایک ماتحت ہونے کی حیثیت سے آپ کا یہ کام ہے کہ آپ نہایت تیزی سے متعلقہ کام کو نمٹائیں۔ کام میں کوتاہی نہ کریں اور آج کا کام کل پر ہرگز نہ ڈالیں۔ اپنی جاب سے متعلق معلومات حاصل کریں تاکہ آپ کے کام میں آسانیاں پیدا ہوں۔

پرجوش بنئے

اپنے کام میں دلچسپی ظاہر کیجئے اور یہ بھی ظاہر کریں کہ باس کے ساتھ کام کر کے آپ بہت خوش ہیں۔ باس اگرچہ بڑا ہوتا ہے۔ قابل ہوتا ہے۔ مگر ضروری نہیں کہ اس کا ہر آئیڈیا درست ہو۔ اس لئے ہاں میں ہاں ملانے کے بجائے شائستہ انداز میں غلطی کی نشاندہی کیجئے۔ اگر کسی بات کے بارے میں آپ کچھ محسوس کرتی ہیں تو اپنے باس کے علم میں لائیں۔ ایسا کرتے وقت ڈپلومیسی ٹون سے کام لیں خود کو پرجوش ثابت کیجئے۔ یہ جاننے کی کوشش کریں کہ آپ جو کچھ کر رہی ہیں اس سے باس مطمئن ہے کہ نہیں بتدریج اپنے دائرہ کار کو بڑھائیں اور باس آپ سے جو توقعات رکھتا ہے

اس پر پورا اترنے کی کوشش کریں۔

منکسر المزاج بنئے

اپنا محاسبہ کرتی رہیں اور باس کے تعریفی کلمات کو اپنے حواس پر قابض نہ ہونے دیں۔ کسی کام سے خوش ہو کر اگر باس شاباشی دے تو انکساری کے ساتھ قبول کریں۔ یاد رکھئے کہ انکساری سے آپ کی عزت نفس مجروح نہیں ہوتی ہے بلکہ اس سے فائدہ ہی ہوتا ہے۔

وفادار رہیے

اگر باس کوئی غلط فیصلہ کرتا ہے تو اس پر انگشت نمائی مت کیجئے کیونکہ اپنے غلط فیصلے کا وہ خود ذمہ دار ہوگا۔ آپ اعتراض کر کے برا نہ بنیں۔ یہ بات نہیں بھولنی چاہئے کہ اس کی نظر کرم کی وجہ سے آپ اس کی ماتحت ہیں۔ وفادار رہیں گی تو مستقبل میں مزید ترقی آپ کی منتظر ہوگی۔ کوئی ایسی بات ہرگز نہ کریں جس کی وجہ سے وہ دوسروں کے سامنے گھبراہٹ اور پریشانی محسوس کرے۔ ایسا کرنا نہ صرف غیر پیشہ ورانہ بات ہوگی بلکہ اس سے آپ اور آپ کے باس کے درمیان موجود تعلقات کو دھچکا لگ سکتا ہے۔

خندہ پیشانی سے کام کریں

ضرورت سے زیادہ کام کرنا پڑے یا لیٹ سیٹنگ کرنی پڑے تو ناک بھوں نہ چڑھائیں اور سکون کے ساتھ کام کریں۔ تیزی سے کام نمٹا کر وہ نتائج حاصل کریں جو

آپ کا باس چاہتا ہے۔ اپنے باس پر یہ ظاہر کردیں کہ آپ چیلنج کا مقابلہ کرنے کے لئے ہر وقت تیار رہتی ہیں۔ اگر آپ کا باس سمجھدار ہے تو وہ آپ کے کام میں ہاتھ بٹائے گا اور آئندہ کام کا بوجھ ڈالنے سے گریز کرے گا۔

پہلے خود کرنے کی کوشش کریں

کوئی کام ہو، پہلے خود کریں۔ ہر بات کے لئے باس سے مدد مانگنا نقصان دہ ہوتا ہے۔ اس لئے باس میں آپ سے بے زاری پیدا ہوگی اس لئے پہلی کوشش خود کریں۔ بات اگر واقعی آپ کی سمجھ سے باہر ہو تو پھر بے شک اس سے بات کریں۔

قدردان بنئے

قدردان بنیے اور باس کی باتوں پر ایسے ردعمل کا مظاہرہ کریں جس سے باس پر یہ ظاہر ہو کہ آپ اس کے خیالات کو پسند کرتی ہیں اور دل سے قدر کرتی ہیں موقع محل کی مناسبت سے اس کے کام کی تعریف بھی کر دیا کریں۔ مگر اس عمل کو چمچہ گیری کے تاثر سے بچائیں۔ راہنمائی کی ضرورت ہو تو مدد مانگیں مگر جتنا وہ بتائے اتنا ہی کریں۔ اس سے زیادہ نہیں۔

لگائی بجھائی نہ کریں

اپنے باس کے سامنے دوسرے اسٹاف کی خامیوں کا تذکرہ نہ کریں۔ ایسا کر کے آپ خود کو منافق ثابت کریں گی۔ اکثر باس اپنے اسٹاف سے مکمل طور پر آگاہ ہوتے ہیں اور یہ جانتے ہیں کہ کون کیا کر رہا ہے اور کون ایسا ہے جو مفت کی کھا رہا ہے۔ جب تک باس آپ کی رائے خود نہ پوچھے، کبھی اپنی رائے کا اظہار نہ کریں اب جب کریں تو ایمانداری کے ساتھ۔

پرکشش ملازمت حاصل کرنے کیلئے اپنی کمی کو دور کیجئے

آج کے دور میں ملازمت ہر کسی کی ضرورت ہے۔ نوجوان لڑکے اور لڑکیاں تعلیم سے فارغ ہوتے ہی اپنے لئے سنہرے خواب بُننا شروع کر دیتے ہیں، اس مقصد کے لئے وہ اخبارات کے مخصوص صفحات کی ورق گردانی کرتے ہیں۔ ان کی کوشش ہوتی ہے کہ وہ اپنی قابلیت کے اعتبار سے ملازمت تلاش کرلیں اس کے لئے وہ انٹرنیٹ کا بھی سہارا لیتے ہیں اور وہ چاہتے ہیں کہ کمپیوٹر کے ماؤس کی مدد سے فوری طور پر ایک پرکشش ملازمت کا حصول ممکن بنالیں۔ ایک بات یاد رکھیں کہ ملازمت کے لئے دیئے جانے والے اشتہارات اصل ملازمت کی خالی جگہوں کا صرف تیس فیصد ہوتے ہیں۔ ہم ذیل میں ایک فہرست پیش کر رہے ہیں جس کی مدد سے آپ اپنے لئے ایک پرکشش ملازمت کا حصول ممکن بن سکتے ہیں۔

فون کال:

آپ کے لئے ملازمت تیار حالات میں آپ کی منتظر نہیں ہے، اس کے لئے آپ کو خود کوشش کرنا ہوگی۔ آپ اپنے واقف کاروں کے ہاں فون کریں، یقیناً کسی نہ کسی کے ہاں آپ کی مطلوبہ ملازمت موجود ہے۔ ممکن ہے کہ کسی کے ہاں واقعی ایسی کوئی ملازمت موجود نہ ہو لیکن آپ کا فون آپ کی یاد دلاتا رہے گا اور یہی یاد آپ کی ملازمت کی ضمانت بن جائے گا۔ ملازمت ملنے کے بعد صرف آپ کو اپنی صلاحیتوں کو

ثابت کرنا ہے۔ غیر متوقع ملازمت کے حصول کے چند اصول ہیں۔

(1) اپنا کام مکمل کریں:

تحقیق بے حد معاون ہے۔ آپ کو کمپنی کے متعلق تمام معلومات ہونا چاہئیں، ملازمت کی قسم کے متعلق تمام ضروری معلومات ہونا بھی ضروری ہیں۔ اس کے ساتھ ہی ان اشخاص کے متعلق بھی جن سے آپ کا واسطہ پڑ سکتا ہے۔ کمپنی کی ویب سائٹ سے آپ کو اہم معلومات مل سکتی ہیں، اس کے علاوہ آپ ملازمت سے متعلق مضامین کا مطالعہ بھی اخبارات میں کر سکتی ہیں۔

(2) سیکریٹری کے لئے:

سیکریٹری ایک ذمہ دارانہ عہدہ ہے، آپ کی کوشش ہونی چاہئے کہ آپ اسی عہدے کے لئے کوشش کریں کیونکہ یہ واحد عہدہ ہے جس میں صرف باس کو جوابدہ ہونا ہے اور کسی کو نہیں۔

(3) راہ ہموار کریں!

ایک مرتبہ جب آپ کو بات چیت کا موقع مل جائے تو آپ بہتر طور پر تشریح کر سکتی ہیں کہ آپ کیا ہیں؟ آپ کو کہاں سے بلایا گیا ہے اور کیوں! ملاقات پر آپ ہی اپنے بارے میں زیادہ بہتر اور موثر طور پر بیان کر سکتی ہیں۔ اپنے آپ پر بھروسا اور اعتماد اور آپ کی خود اعتمادی اس بات کا واضح ثبوت ہوگا اور بہت اچھا تاثر چھوڑے گا۔ آپ کسی بات کو دہرائے بغیر اپنا نکتہ نظر واضح طور پر فوری بیان کر سکتی ہیں۔

(4) کسی جواب میں "نا" نہ کہیں!

آپ کسی بھی ادارے میں پانچ سے آٹھ مرتبہ رابطہ کر سکتی ہیں اور اس شخص سے بات چیت کر سکتی ہیں جو اختیارات کا حامل ہو، اس معاملے میں دل برداشتہ ہونے کی ضرورت نہیں ہے، اپنی کوشش جاری رکھیں۔

(5) بہترین کیریئر

آج کل بہت سے ملازمت کے متلاشی بہترین کیریئر کی تلاش میں ہیں۔ وہ اخبارات میں اشتہارات کے جواب میں ایک ہی جگہ کئی مرتبہ کوشش کرتے ہیں اور اس کے جواب میں انہیں کبھی نہ کبھی اچھی ملازمت مل ہی جاتی ہے۔ اس سلسلے میں چند نکات کو ذہن میں رکھیں۔

☆ اپنے کوائف کی چند کاپیاں تیار رکھیں۔

☆ ایسی کمپنیوں کی فہرست بھی اپنے پاس رکھیں جہاں اچھی اور بہتر ملازمت ملنے کی امید ہو۔

اہم معلومات

آپ کو ملازمت درکار ہے تو اس کے لئے آپ کو اہم معلومات کا ذخیرہ اپنے ذہن میں رکھنا ہوگا۔ اس کی وجہ سے آپ کو ملازمت کی اقسام کی ذمہ داریاں معلوم ہوں گی، اس کے علاوہ ملازمت کہاں کہاں دستیاب ہو سکتی ہے اور آپ کو یہ بھی معلوم ہو سکتا ہے کہ کس ادارے کے لئے کتنی قابلیت کی ضرورت ہوتی ہے۔

☆ کچھ اداروں کے متعلق مختلف افواہیں گردش میں ہوتی ہیں لیکن ان میں کوئی حقیقت نہیں پائی جاتی، جب تک آپ ان افواہوں کی تصدیق اخبارات وغیرہ میں پڑھ کر نہ کرلیں اس پر یقین نہ کریں۔ اس کے علاوہ کمپنی کے متعلق ہی بہت سی خبریں ایسی بھی شائع ہوتی ہیں جو معلومات میں اضافے کا باعث بنتی ہیں اور جن کا علم اخبارات میں شائع ہونے کے باوجود کمپنی کے چیدہ چیدہ لوگوں کو ہوتا ہے۔ ایسی معلومات کے باعث آپ کی حیثیت باخبر رکن کی ہوسکتی ہے۔ ☆ آپ چاہیں تو ادارے کے تحت ہونے والی عام کانفرنس میں شریک ہوسکتی ہیں، اس کے علاوہ ادارے کے منعقد کردہ سیمینار، ایوارڈ کی تقریب، سالانہ جنرل میٹنگ آپ کے لئے بے حد کارآمد و مفید ثابت ہوسکتی ہیں۔ ☆ ایک مرتبہ جب آپ یہ محسوس کریں کہ آپ کمپنی سے متعلق بہت سی معلومات رکھتی ہیں تو آپ کے لئے یہ بات کسی سنہرے موقعے سے کم نہیں، آپ ادارے سے متعلق ایک تفصیلی رپورٹ تیار کرکے اس کے ساتھ اپنے کوائف منسلک کردیں کہ میں آپ سے آئندہ ہفتے ملاقات کی متمنی ہوں، مجھے امید ہے کہ میں آپ کی سیکریٹری کے فرائض بہتر طور پر انجام دے سکتی ہوں۔

نتیجہ آخر

تحقیق سے ظاہر ہوا ہے کہ دوسروں کے متعلق 90 فیصد معلومات کا حامل ملازمت کے حصول میں 90 فیصد کامیاب رہتا ہے۔ اگر آپ کی معلومات وسیع ہیں، آپ کی تحقیق مکمل ہے تو کوئی وجہ نہیں کہ آپ کسی پرکشش ملازمت کے حصول میں ناکام ہوجائیں۔ آپ کا لہجہ اور الفاظ شیریں ہونے چاہئیں کیونکہ لہجہ اور الفاظ کا چناؤ ملازمت کے حصول میں بے حد کارآمد معاون ثابت ہوتا ہے۔

خواتین اور دفتری الجھنیں

''......اور بات کہیں ختم نہیں ہوتی ہے، شہزادی'' ثمینہ کے باس نے اپنا تجزیہ ختم کرتے ہوئے (اور خاص کر ثمینہ کی طرف مخاطب ہوتے ہوئے) کہا۔ باس نے ''شہزادی'' پر زیادہ زور دیا اور اسٹاف کے دیگر ممبران کھل کھلا کر ہنس پڑے۔ یہ ایک میٹنگ تھی، جس میں ادارے کے سینئر ارکان شامل تھے اور ثمینہ بھی ان میں سے ایک تھی۔ مارکیٹ کے بھاؤ اور قیمتوں میں اتار چڑھاؤ کا جائزہ لینے کے لئے یہ میٹنگ بلائی گئی تھی۔ جب باس نے اسے ''شہزادی'' کہا تو وہ کچھ نروس ہوگئی۔ اسے یقین ہوچلا تھا کہ اس نے اس حوالے سے جو رپورٹ مرتب کرکے اپنے باس کو دی تھی، وہ اسے سمجھ نہیں پائے ہیں۔

بعد میں وہ اپنے باس سے ملی اور ان سے پوچھا کہ وہ اس کے ساتھ مساوانہ رویہ کیوں رکھتے ہیں اور طنزیہ انداز میں گفتگو کیوں کرتے ہیں؟ اس کے باس نے ان باتوں سے انکار کیا اور کہا۔ ''مجھے لگتا ہے آپ بہت زیادہ حساس خاتون ہیں۔ مجھے بتایئے مسئلہ کیا ہے؟ کیا آپ کی ازدواجی زندگی میں کوئی گڑبڑ ہے؟''

ثمینہ کی سمجھ میں نہیں آرہا تھا کہ وہ کیا جواب دے۔ دراصل پہلی بار اسے کسی کا سخت مقابلہ کرنا پڑ رہا تھا۔ اس سے قبل وہ جہاں بھی کام کرتی رہی، بڑے سکون اور رعب داب کے ساتھ، مگر موجودہ ادارے میں جب سے نیا باس آیا تھا، اس کے لئے مشکلات پیدا ہوگئی تھیں۔ اس طرح کی صورتحال بہت سی خواتین کے ساتھ پیش آتی رہی ہیں۔ جو ذرا سمجھ اور صبر و تحمل سے کام لیتی ہیں، اپنی حکمت عملی تبدیل کرتی ہیں اور کامیاب رہتی ہیں اور جنہوں نے گھبراہٹ کا مظاہرہ کیا ان کے لئے مزید مشکلات پیدا ہوتی ہیں۔ زیر نظر مضمون میں اسی حوالے سے بات کی گئی ہے اور مسائل کا حل ڈھونڈنے کی کوشش کی گئی

ہے۔اس میں کوئی شک نہیں کہ ثمینہ کا باس جب سے ادارے میں آیا تھا، ادارے کی شہرت اور اندرون و بیرون ملک بڑھ گئی تھی۔ وہ ادارے کے باہر لوگوں سے ملتا تو انداز کچھ اور ہوتا اور جب اپنے اسٹاف سے سامنا کرتا تو اس کا رویہ برعکس ہوتا تھا۔ ابتداء میں اس نے اسے نظر انداز کرنے کی کوشش کی مگر اسے یہ بھی ڈر تھا کہ وہ اس عمل کو کہیں اس کی کمزوری سمجھ کر مزید جارحانہ انداز نہ اختیار کرلے سو اس نے دوستانہ مراسم پیدا کرنے کی کوشش کی مگر جواب میں ہر بار اسے ہزیمت اٹھانی پڑی۔ ایسا لگتا تھا جیسے اسے ثمینہ سے بغض ہو۔ ثمینہ کے ایک دوست نے اسے مشورہ دیا کہ "تمہیں اس کے خلاف لڑنا چاہیے اور اس کھیل میں اس کے ہی انداز میں اسے شکست دو۔" مشکل یہ تھی کہ ثمینہ صاف ستھرے ذہن کی مالک تھی اور سازش وغیرہ سے دور رہتی تھی۔ اس طرح کی باتوں سے اس کی شہرت بھی تو متاثر ہو سکتی تھی۔ ویسے بھی خواتین صلح جو ہوتی ہیں اور زندگی کو پرسکون انداز میں گزارنا پسند کرتی ہیں۔ سب کی عزت کرتی ہیں، سب سے محبت کرتی ہیں اور چاہتی ہیں کہ اس کی بھی عزت کی جائے۔ محبت اور خلوص کا جواب محبت سے دیا جائے۔ تنازعات سے بچتی ہیں اور ایسے رویہ کا اظہار کرتی ہیں کہ دوسرے اس سے خوش ہوں۔ ایسا کرنے میں اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ خواتین خود اپنے آپ کو نظر انداز کر جاتی ہیں۔

انہی رویوں کو کام میں لاتے ہوئے خواتین جب چاہیں اپنے دشمن کو پچھاڑ سکتی ہیں۔ اس سے قبل کہ ثمینہ اپنے ہتھیار کا استعمال کرتی اس نے اس بات کا تجزیہ کیا کہ اس کے اور اس کے باس کے درمیان جو خلیج حائل ہے اور اس کی وجہ کیا ہے؟ اسے اندازہ ہوا کہ دونوں میں سے کوئی بھی مثبت راستے پر نہیں ہے۔ دونوں کا رویہ "مارو یا مر جاؤ" والا ہے۔ کئی ایک معاملات تو ایسے ہیں کہ جن کو صرف ایک جملے میں ختم کیا جا سکتا ہے۔ کچھ باتیں ایسی ہیں جو بلاوجہ میں دونوں کے درمیان دیوار بن گئی ہیں اور دونوں کے تعلقات

ناخوشگوار ہیں۔ جب کبھی اپنے آفس کے کسی مخالف کا سامنا ہو تو سب سے پہلے اس بات پر زور دیں کہ دونوں ایک دوسرے سے جو نفرت کرتے ہیں اس کی وجہ کیا ہے؟ اس بارے میں سب سے بڑی وجہ پیشہ ورانہ مسابقت ہو سکتی ہے۔ آج کل یہی ہو رہا ہے کہ ہر کوئی اپنے سامنے والے کو دھکیل کر آگے بڑھنے کے چکر میں ہے۔ اس کے علاوہ بھی کوئی وجوہات ہو سکتی ہیں ایسا بھی ہو سکتا ہے کہ آپ دوسروں کا کام کرنے کی صلاحیت رکھتی ہوں اور کبھی اس کے کام میں مداخلت کریں تو یہ کہہ دیں کہ آپ اپنے کام سے کام رکھیں۔ اس سے آپ طیش میں بھی آسکتی ہیں اور پھر ان کی لڑائی شروع ہو جاتی ہے۔ بات بڑھتی چلی جاتی ہے اور ایک وقت آتا ہے دونوں کارکن ایک دوسرے کی شکل سے نفرت کرنے لگتے ہیں۔ ثمینہ کے کیس میں صاف ظاہر ہے کہ پیشہ ورانہ رقابت اپنا کام دکھا رہی ہے۔ اس کا باس یہ ہرگز نہیں چاہتا ہے کہ ثمینہ اپنی ذہانت سے کام لے کر اس کے رتبے تک پہنچے۔ وہ اپنے کسی معاملے میں ثمینہ کو شامل نہیں کرنا چاہتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ وہ طنزیہ گفتگو کر کے ثمینہ میں احساس کمتری پیدا کرتا رہتا ہے۔ دوسری طرف ثمینہ خاموش رہتی ہے اور اس طرح وہ گویا اپنے باس کی ہمت افزائی کرتی ہے۔

ثمینہ کو سب سے پہلا کام یہ کرنا ہے کہ وہ اپنے دل اور ذہن سے یہ بات کھرچ دے کہ اس کے اور باس کے درمیان کسی قسم کی کوئی ناراضگی یا رقابت ہے، اپنے مخالف کو نظر انداز کرنا سب سے بڑا حربہ ہے۔ وہ خود پریشان ہو جائے گا اور اس کے جارحانہ انداز میں وقتی طور پر شدت تو آئے گی مگر ردعمل کے نہ ہونے سے رفتہ رفتہ اعتدال پر آجائے گا۔ دوسرے عمل کے طور پر ثمینہ یہ کرے کہ اپنے آپ کو اس سے ہر لحاظ سے بڑا تصور کرے۔ اس عمل سے اس کا باس اور زیادہ ناراض ہوگا۔ مگر اس سے گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ وقتی ابال ہوگا۔ جب بھی سامنا ہو اور بات ہو تو باس کی ہر بات کا

جواب اطمینان اور دلائل سے دے۔ بجائے یہ کہنے کہ وہ میرے ساتھ اچھا سلوک کرے، وہ یہ کہے کہ "میں پچھلے پانچ چھ ماہ سے نوٹ کر رہی ہوں کہ آپ کا رویہ میرے ساتھ درست نہیں ہے۔ جس کی وجہ سے میں پریشان ہوں۔ میں نے ابتداء سے آپ کے ساتھ تعاون کرنے کی کوشش کی ہے مگر روز بروز آپ سخت ہوتے جا رہے ہیں۔ ہمیں چاہئیے کہ اگر کوئی غلط فہمی ہے تو اسے دور کر لیں۔" اگر وہ پھر بھی نہ مانے تو اسے گاہے بگاہے سمجھانے کی ضرورت ہے۔ ایک وقت آئے گا جب باس کا رویہ درست ہو جائے گا۔ بس ذرا صبر و تحمل کی ضرورت ہے۔ خواتین کو چاہئے کہ وہ اپنے آپ کو مضبوط کریں اور روایتی انداز اختیار نہ کریں اور نہ ہی عورت ہونے کے ناطے کسی سے ہمدردی کی توقع رکھیں۔ اس سے خواتین اپنے آپ کو محفوظ کریں گی اور انہیں ایسا محسوس ہوگا جیسے سب لوگ اس کی حمایت میں شریک ہیں۔ اپنے ہم پیشہ اور سینئر لوگوں سے مل کر معلوم کرنا چاہئے کہ جب پیشہ ورانہ مسابقت سے سامنا ہو تو ایسے میں کیا حکمت عملی اختیار کی جائے۔

جذباتی ہونے کی بالکل ضرورت نہیں ہے۔ اپنے آپ کو پرسکون رکھیں اور اپنے اعصاب پر اپنے معاملات کو مسلط نہ کریں۔ ٹھنڈے دل سے حالات و واقعات کا جائزہ لیں اور یہ محسوس کریں کہ غلطی آپ سے ہوئی ہے تو معذرت کرنے میں تامل سے کام نہ لیں۔ یاد رکھیں دفتر میں ہر طرح کے لوگ ہوتے ہیں اور ان سے اسی انداز میں بات کرنا چاہئے جس مزاج کے وہ حامل ہوتے ہیں۔ اپنی طبیعت اور اپنے رویے میں لچک پیدا کریں۔ کامیابی یقیناً آپ کے قدم چومے گی۔ دس نسخے جن سے دشمن کو زیر کیا جا سکتا ہے۔ حریف کو اعتدال پر رکھنے اور اس پر قابو پانے کے لئے خلوص، مضبوط قوت ارادی اور حکمت عملی کی ضرورت ہے۔ ذیل میں دس ایسے عمل بیان کئے گئے ہیں جن کے ذریعے آپ اپنی ذہانت سے اپنے حریف کا دل جیت سکتی/سکتے ہیں۔

1- ناراضگی کی وجہ تلاش کریں، تجزیہ کریں اور اس میں اپنا کردار بھی تلاش کریں۔

2- جب بھی مقابل طنز کرے، مذاق میں ہنس کر ٹال دیں۔

3- اپنے دلائل سے اپنے کئے ہوئے کام کی تشریح کریں اور میٹنگ وغیرہ میں اگر کیڑے نکالے جائیں تو اپنے معترض سے کہیں کہ وہ کس قسم کی تسلی چاہتے ہیں۔ پھر انہیں مطمئن کریں۔

4- محبت سے ماریں۔ کہتے ہیں۔ "میٹھے بول میں جادو ہے۔" اگر مقابل گھبراہٹ کا شکار ہو تو بلا جھجک اس سے پوچھیں کہ وہ کیوں پریشان ہے۔ اگر اسے بچے کی ٹیوشن کے لئے ٹیچر کی ضرورت ہے تو اس سلسلے میں اس کی مدد کریں۔

5- اپنے حریف کو جاننے کی کوشش کریں۔ معلوم کریں کہ دفتر میں اس کے حمایتی کون کون ہیں۔ پھر اسی حساب سے سلوک کریں۔

6- کچھ سینئر افراد کو اپنی طرف مائل کریں اور اپنی دوستی کے ذریعے انہیں اپنی حمایت پر مجبور کریں۔ آپ کی پشت پر جتنے زیادہ لوگ ہوں گے آپ کا کیس مضبوط ہوگا۔

7- جب بھی اس کا سامنا ہو، حقارت سے نہ ملیں، محبت سے پیش آئیں۔ یہ تاثر دیں کہ آپ اس کی عزت کرتی ہیں/کرتے ہیں۔

8- اپنی آنکھیں اور کان کھلے رکھیں اوروں کے مقابلے میں اپنے کام میں جدت پیدا کریں اور جو عہدہ آپ کے پاس ہے اپنے آپ کو اس کا اہل ثابت کریں۔

9- اپنے حریفوں کو ذہن پر مسلط نہ کریں۔ ذہن کو دوسرے کاموں میں الجھائے رکھیں۔

10- اپنے کام میں دلچسپی لیں، انفرادیت پیدا کریں۔ اگر ایسا ممکن نہ ہو تو کہیں دوسری جگہ کام تلاش کریں۔ ☆

دفتری اوقات کے لئے صحت کے نکات

دفتر میں طویل دورانئے تک کمپیوٹر پر کام کرنے کے بعد لوگوں کو بھاری ٹریفک کے درمیان موٹر چلاتے یا پبلک ٹرانسپورٹ میں دھکوں کا سامنا کرتے ہوئے گھر پہنچنا ہوتا ہے۔ گھر پر بھی بہت سے کام کرنے ہوتے ہیں۔ ایسی صورت میں پیشہ ور افراد تھک کر چور ہو جاتے ہیں۔ سوال یہ ہے کہ دفتر میں اتنی دیر تک کام کرتے اور اپنے فرائض کی انجام دہی کے باوجود لوگ موٹے کیوں ہو جاتے ہیں، خاص طور پر ان کی کمر کے اطراف اور ان کے کولھوں پر موٹاپا کیوں آجاتا ہے۔ بھاری پیٹ اور بھاری کولھوں کی شکایت بالعموم ان ملازمین کو ہوتی ہے جو اعلیٰ عہدوں پر فائز ہوتے ہیں۔ ایسا نہیں ہے کہ وہ کھانا زیادہ کھاتے ہیں بلکہ اس کا سبب یہ ہے کہ وہ حرارے جلانے میں ناکام رہتے ہیں۔ اس کی وجہ سے ان کے موٹاپے میں اضافہ ہوتا ہے۔ کام کا دباؤ بھی انسان کو ذہنی اور جسمانی طور پر متاثر کرتا ہے۔ کام کے دباؤ کے لئے ضروری نہیں ہے کہ انسان ہر وقت کوئی کام کرتا ہی رہے بلکہ کام کے خیال اور اس کی نزاکت کے احساس سے بیٹھے بیٹھے بھی آدمی دباؤ کا شکار ہو سکتا ہے۔ سارے دن کام کرنے کے بعد ایک تھکے ماندے آدمی کے لئے کچھ دیر ورزش کرنا مشکل بھی ہوتا ہے البتہ اگر کسی کے ارادے میں پختگی ہے یا اسے یہ یقین آگیا ہے کہ ورزش کے ذریعے سے اس کی صحت اچھی رہ سکتی ہے تو یہ ممکن ہے کہ وہ ورزش کے لئے کچھ وقت نکال لے۔ ورنہ بالعموم یہی ہوتا ہے کہ لوگ کھیل کود اور شوقیہ مصروفیات کے لئے چھٹی کے دن کو مختص کر دیتے ہیں۔ اس صورت حال کے پیش نظر کیا ہم یہ سمجھ لیں کہ ملازمت پیشہ افراد کا موٹا ہونا ان کی زندگی کا لازمی حصہ ہے؟

نہیں! ایسا نہیں ہے۔ اگر ملازمت پیشہ افراد اپنی زندگی میں نظم و ضبط پیدا کر لیں

اور اپنا کام کرنے کے طریقے میں کچھ تبدیلیاں لے آئیں تو انہیں موٹاپے سے نجات مل جاتی ہے۔ اگر کوئی شخص دفتر جانے کے وقت سے کچھ ہی دیر پہلے اٹھ کر جلدی جلدی نہاتا دھوتا اور جلدی جلدی ناشتا کر کے دفتر کا رخ کرتا ہے تو سمجھ لیجئے کہ اس نے دن کا آغاز صحیح طریقے سے نہیں کیا ہے۔ اس کے برعکس اگر صبح سویرے دفتر کے وقت سے کافی پہلے اٹھ کر معمولی ورزش کے بعد آرام سے نہادھو کر اور بے فکری سے ناشتا کر کے دفتر جائیں تو ذہن اور جسم دونوں کام کے لئے زیادہ بہتر انداز سے آمادہ ہوں گے اور آپ زیادہ چست اور چاق چوبند نظر آئیں گے۔ جو شخص اس طرح دن کے آغاز کو اپنا مستقل رویہ بنالے گا اس کے لئے موٹاپے سے نجات پانا آسان ہو سکتا ہے۔ دن کا آغاز مذکورہ انداز سے کرنے کے بعد جب کوئی شخص دفتر جائے تو اپنی کار اپنے دفتر سے کچھ فاصلے پر کھڑی کر کے یا اگر وہ پبلک ٹرانسپورٹ سے دفتر آتا ہے تو کچھ فاصلے پر سواری سے اتر کر پیدل دفتر جائے۔ دفتر میں جانے کے بعد اپنے کاغذات کسی ماتحت کے ذریعے سے ایک جگہ سے دوسری جگہ نہ بھیجے بلکہ کاغذات لے کر خود جائے اور جہاں کاغذات پہنچانے ہوں، خود پہنچائے۔ اس کے علاوہ تھوڑی تھوڑی دیر سے اپنی نشست سے اٹھ کر چند قدم پیدل چلتا رہے تو اس کے بدن پر موٹاپا چھانے کے امکانات کم ہو سکتے ہیں۔ دفتر میں چند قدم چلنے یا دفتر سے کچھ فاصلے پر گاڑی کھڑی کر کے یا دفتر سے کچھ فاصلے پر پبلک ٹرانسپورٹ سے اتر جانے سے بہت زیادہ حرارے تو جل نہیں سکتے لیکن یہ ضرور ہوتا ہے کہ اگر کوئی شخص کچھ دن تک چلنے پھرنے کے مذکورہ طریقے پر عمل کرے تو اس کے جسم میں چستی آجاتی ہے اور وہ اپنا کام زیادہ بہتر طریقے سے کر سکتا ہے۔ جسم کو موٹاپے سے محفوظ رکھنے اور بہتر صحت کے لئے ضروری ہے کہ لوگ ذہنی دباؤ سے خود کو بچائیں اور چلنے پھرنے کو اپنا شعار بنا کر خود کو چاق و چوبند رکھیں۔

ذہنی الجھنوں کے تدارک کے لئے طرز زندگی تبدیل کر دیں

"ہماری زندگی الجھنوں اور دباؤ سے بھری ہوئی ہے۔" ہم نہ جانے کتنی مرتبہ یہ جملہ روز سنا کرتے ہیں۔ دباؤ ہے کیا چیز؟ دباؤ ایسی کیفیت ہے جس کے باعث ہمارے ذہن میں تحریک پیدا ہو اور وہ ہمارے اندر مستعدی کی سطح بڑھا دے۔ وہ دن ہوا ہو گئے جب زندگی انتہائی پرسکون اور خوشگوار ہوا کرتی تھی۔ ہماری ضروریات محدود تھیں اور زندگی مطمئن! طرز زندگی میں تیزی اور خواہشات کی زیادتی نے زندگی کو پریشانیوں کا ایک گڑھ بنا دیا اور ذہن الجھنوں کا شکار ہونے لگا۔ دباؤ یا ذہنی تحریک کے بغیر زندگی خالی اور روکھی پھیکی لگنے لگتی ہے جبکہ اس کی زیادتی ہماری زندگی کو ناخوشگوار اور تھکا دینے والی بنا دیتی ہے وہ ہماری صحت اور خوشیوں کو غارت کر دیتی ہے دوسرے الفاظ میں ذہنی دباؤ انسانی زندگی کا نمبر ایک قاتل کہا جاتا ہے۔ ذہنی دباؤ اور پریشانیاں ایک دوسرے کی ساتھی ہیں اور ذہنی دباؤ کے بہت سے ماخذ ہیں۔

☆ زندگی برقرار رکھنے کی جدوجہد!

اس قسم کا ذہنی دباؤ اس وقت پیدا ہوتا ہے جب آپ کی زندگی یا صحت داؤ پر لگی ہو۔ میری سہیلی کی ماں سرطان کی مریضہ تھی اور اسے ہر وقت موت کا خوف لگا رہتا تھا اس کے نتیجے میں وہ وقت سے پہلے ہی وفات پا گئی۔

☆ اندرونی طور پر پیدا ہونے والا دباؤ!

یہ دباؤ اس وقت پیدا ہوتا ہے جب آپ کسی ایسی بات کے لئے پریشان ہوں جس پر قابو پانا آپ کے بس سے باہر ہو۔

☆ ماحولیاتی اور روزگار کا دباؤ!

اردگرد کا ماحول اور ملازمت کی پیچیدگیاں بھی دباؤ کا باعث بنتی ہیں۔ اس قسم کے دباؤ کے پیدا ہونے کا سبب شوروغل، آلودگی، گردوغبار وغیرہ ہو سکتا ہے کام کرنے سے بھی ذہنی دباؤ پیدا ہوتا ہے۔

☆ پرفیکشن ازم!

پرفیکٹ زندگی گزارنا اور اعلیٰ معیار حاصل کرنا انتہائی دشوار ہے ایسی کوشش کرنے والے عموماً ذہنی دباؤ کا شکار ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ ذہنی دباؤ رفتہ رفتہ بڑھتا بھی جاتا ہے ایسا اس وقت ہوتا ہے جب تھوڑے وقت میں زیادہ کام کرنا پڑ جائے۔ اس مختصری زندگی میں بعض لوگوں کی شدید خواہش ہوتی ہے کہ وہ سب کچھ حاصل کر لیں اور دل کے تمام ارمان نکال لیں وہ رات کی نیند کھو دیتے ہیں اور اگر مگر کا شکار ہو جاتے ہیں، وہ انہونی باتوں کی سوچ اپنے ذہن سے لگا لیتے ہیں۔ ایک فرانسیسی فلسفی مون ٹین نے کیا خوب کہا ہے۔ "میری زندگی ایسے سانحات کے سلسلے کا مجموعہ ہے، جن میں سے بیشتر رونما ہی نہیں ہوتے اس قسم کی پریشانی کو طویل فاصلے کی پریشانی کہتے ہیں۔" میری ایک سہیلی نے ایک مرتبہ مجھ سے یہ کہا "میرے سپروائزر نے آج صبح میرے سلام کا جواب نہیں دیا شاید وہ میرے کام سے ناخوش ہے اور ہو سکتا ہے کہ وہ مجھے ملازمت سے برطرف کر دے۔"

کیا اس قسم کی پریشان کن سوچ کی کوئی معقول وجہ ہے؟ ہو سکتا ہے کہ وہ اپنی کسی

سوچ میں اس قدر گم ہو کہ بے خیالی میں اس نے سنا ہی نہ ہو اور آگے بڑھ گیا۔

یہ بہت ضروری ہے کہ ہر قسم کے حالات میں ہماری سوچ ہمیشہ مثبت ہو اس کے نتیجے میں ہماری زندگی خوشگوار اور مطمئن گزرے گی۔ ایک سنہرا اصول ہمیشہ اپنے ذہن میں رکھیں وہ یہ کہ ''اگر کوئی بات ہمارے قابو سے باہر ہے تو اس کے لئے پریشان ہونا حماقت کے علاوہ اور کچھ بھی نہیں اور اگر اس پر قابو پانا ممکن ہے تو فوراً ایکشن لیں۔'' پریشان ہونے سے کوئی فائدہ نہیں البتہ اس سے ذہنی دباؤ اور بھی بڑھ جاتا ہے۔

ماہرین صحت ایسے بہت سے مشورے دیتے ہیں جن پر عمل کر کے ذہنی دباؤ کم کیا جا سکتا ہے لیکن یہ ماہرین بھی اندرونی طور پر پیدا ہونے والے دباؤ کے نظام پر قابو نہیں پا سکتے۔ اپنے اندر سے ذہنی سکون کا حصول انفرادی کوشش پر منحصر ہے۔ ''اپنا علاج خود کرو'' ایک بہترین مقولہ ہے جس پر ہم سب کو عمل کرنا چاہئے ہمیں ایسی سوچوں سے گریز کرنا چاہئے جو ذہنی دباؤ میں اضافہ کرتے ہیں اور ان کی جگہ ایسے مثبت خیالات ذہن میں لائیں جو دباؤ کا تریاق ثابت ہوں اگر آپ اس بات کی مشق کر لیں تو اچھی اور خراب صحت کا فرق بخوبی واضح ہو جائے گا۔

میری خالہ اپنے چند رشتہ داروں کے ہمراہ شوہر کو دیکھنے اسپتال جا رہی تھیں جن کا آپریشن ہونے والا تھا۔ وہ سب بہت پریشان لگ رہی تھیں راستہ میں وین کے ڈرائیور نے لطیفے سنانا شروع کر دیئے اور سب اپنی پریشانی بھول کر ہنسی مذاق میں لگ گئے اسپتال آ گیا لیکن ان کو وقت کا اندازہ ہی نہیں ہوا۔ صرف دس منٹ میں ڈرائیور نے انہیں سبق دے دیا کہ ہنسی ذہنی دباؤ کو کم کر دیتی ہے۔

لوگوں سے ملنا جلنا اور ان سے رابطہ رکھنا بھی بہت اہم ہے۔ تنہائی اور دوسروں سے کٹ کر رہنے سے دباؤ میں مزید اضافہ ہو جاتا ہے۔ بیماریوں اور قبل از وقت موت

کا خوف بھی زیادہ ہو جاتا ہے۔

ہمارا مشورہ یہ ہے کہ بہت زیادہ کام کے درمیان تھوڑا سا وقت پرسکون ہونے اور آرام کرنے کا بھی نکال لیں۔ میرا ایک دوست بزنس مین ہے اور وہ اپنے کام کے دوران نصف گھنٹہ فرصت کا نکال لیتا ہے، اپنے خطوط پڑھتا ہے، دوستوں کو فون کرتا ہے وغیرہ وغیرہ۔ ہر شے ہمارے بس میں نہیں ہے لیکن اگر ہم چاہیں تو سانس درست کرنے کے لئے تھوڑا سا ذہن بھٹکا لیا کریں۔

اپنی الجھنوں کو ذہن سے تھوڑی دیر کے لئے دور کرنے کی عادت ڈالنا بہت ضروری ہے۔ میں نے اس طریقہ کار کو اس وقت سیکھا جب میرے ایک قریبی رشتہ دار کے پھیپھڑوں کا معائنہ کرنے کے بعد ڈاکٹر نے پھوڑے کا خدشہ ظاہر کیا۔ میرے بعض رشتہ دار اتنے پریشان ہوئے کہ انہوں نے اپنے علاوہ دوسروں کے لئے بھی مسائل کھڑے کر دیئے۔ مثبت سوچ اور وقت سے پہلے فکر نہ کرنے کے اصول پر عمل کرتے ہوئے میں نے اپنے جذبات قابو میں رکھے۔ مزید تحقیق کے بعد ان کا مرض محض ایک معمولی سا انفیکشن تشخیص ہوا اور اس طرح میں نے بہت بڑی پریشانی سے اپنے آپ کو بچا لیا۔ ذہنی دباؤ کم کرنے کا ایک اور طریقہ یہ ہے کہ ہمت مجتمع کر کے خوف یا صورت حال کا مقابلہ کیا جائے اس کے لئے ایک مشق کی ضرورت ہے۔ جسے ''تخلیقی یا تعمیری فکر'' کہتے ہیں اس پر عمل کرنے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ اپنے آپ سے چند سوالات کئے جائیں مثلاً زیادہ سے زیادہ کیا نقصان پہنچ سکتا ہے؟ میں اس پر کس طرح قابو پا سکتی ہوں؟ اس سے محفوظ رہنے یا اس کو برداشت کرنے کے لئے کیا کیا جا سکتا ہے؟ اگر ایک مرتبہ ان سوالات کا جواب سوچ لیں تو ہمارے اندر خود اعتمادی آ جاتی ہے اور ہماری تمام پریشانیاں افسانہ معلوم ہونے لگتی ہیں۔

ڈھلتی عمروں کی غیر شادی شدہ خواتین توجہ کی مستحق ہیں

شادی کے بارے میں ہمارے یہاں ہی نہیں مشرقی معاشرے میں بھی بڑے متضاد خیالات پائے جاتے ہیں..... شادی کرنے اور نہ کرنے کے بارے میں بھی اور ہونے یا نہ ہونے کے حوالے سے بھی لیکن یہ بات اپنی جگہ ایک اٹل حقیقت رکھتی ہے کہ یہ سو فیصدی قسمت کا کھیل ہے جس میں کوئی کامیاب رہتا ہے اور کوئی ناکام، کوئی اس کے شکنجے میں جلد جکڑا جاتا ہے اور کوئی تاخیر سے اور کسی کو اس تجربے سے گزرنے کا موقع ہی نہیں ملتا۔ مشرقی معاشرے میں غیر شادی شدہ لڑکیوں کو زیادہ گمبھیر صورتحال درپیش رہتی ہے جو کہ بڑھتی ہوئی عمر یا گزرتی جوانی کے خوف میں تو مبتلا رہتی ہیں لیکن معاشرے میں رہتے ہوئے انہیں بعض دوسری الجھنوں سے بھی دامن چھڑانا مشکل ہو جاتا ہے اور جب وہ عمر کے ایک ایسے حصے میں داخل ہوتی ہیں جہاں 30 کا ہندسہ 40 کے ہندسے کی طرف بڑھنے لگتا ہے تو عام زندگی کی تمام تر کامیابیاں اور خوشیاں بھی اب شادی شدہ نہ ہونے کے المیہ پر حاوی ہوتے میں ناکام رہتی ہیں۔ شادی نہ ہونے کی وجوہات خواہ کچھ بھی رہی ہوں لیکن ایسی خواتین ایک کسک سی دل میں لئے پھرتی ہیں کوئی ان کی مدد کو نہیں آتا ہے، یہاں تک کہ والدین بھی اپنی کوششیں ترک کر کے اسے بیٹی کی تقدیر مان لیتے ہیں اور یہ فراموش کر بیٹھتے ہیں کہ آخر وہ بھی ایک انسان ہے، جس کے پاس سوچنے سمجھنے کی

صلاحیت اور جذبات بھی ہیں۔ میں یہاں جو قصہ یا کہانی بیان کر رہا ہوں اس کا مرکزی کردار 35 سالہ ایک خاتون ہیں جو بدقسمتی سے ایک ناگہانی حادثے کی بنا پر اس وقت گھر بسانے سے محروم ہو گئیں جب ان کے لئے یہ کوئی وقت طلب کام نہ تھا مگر آج وہ جس دوراہے پر کھڑی ہیں وہاں میں معاشرے کی ان گنت خواتین کو کھڑا دیکھ رہا ہوں...... یہ کہانی کم و بیش ہر اس خاتون کی نمائندگی کر رہی ہے جو "پرائم" کا دور پیچھے چھوڑ آئی ہے، سے بیان کرنے کا مقصد صرف اور صرف یہ ہے کہ آپ کے گھر میں پڑوس میں رشتے داروں یا عزیز و اقارب میں کہیں بھی ایسی کوئی مثال موجود ہے۔

گزشتہ ماہ میری سالگرہ تھی اور مجھے "سرپرائز" کے طور پر جو تحفہ ملا وہ ایک پارٹی میں شرکت کا تھا جو کہ میرے دفتری ساتھیوں نے میرے اعزاز میں ایک نئے ریستوران میں دی تھی۔ وہاں زیادہ تر ایسے "جوڑوں" کو مدعو کیا گیا تھا جو کہ شادی شدہ بھی تھے اور غیر شادی شدہ بھی جبکہ ایسے "لوازمات" کا بھی انتظام تھا جو کہ عام طور پر "کپلز" کے لئے ہی دلچسپی کا باعث ہوتے ہیں۔ اب آپ کے ذہن میں یہ خیال ابھرے گا کہ اس پارٹی میں میرے ہمراہ کون تھا؟...... میرا شوہر؟ مجھ سے پیار کرنے والا کوئی شخص؟...... آپ کے دونوں اندازے غلط ہیں کیونکہ میں وہاں چھوٹی بہن کو ساتھ لے گئی تھی۔ اب یہ بات پوچھی جائے گی کہ کیوں؟ تو یہ بڑا اچھا سوال ہے...... جس کا آسان سا جواب یہ ہے کہ میری زندگی میں ابھی تک کوئی مرد آیا ہی نہیں ہے۔ میں آپ کے سامنے یہ اعتراف کرتے ہوئے ذرا بھی شرم و جھجک محسوس نہیں کرتی کہ میری عمر 35 برس ہے اور میں اب تک کنواری ہوں! یہ سب کیسے ہوا اور بھلا یہ کس طرح ممکن ہے جیسے خیالات نہ الجھیں بس یہ جان لیں کہ میں مکمل طور پر نسوانیت سے بھرپور لڑکی ہوں اور ازدواجی مسائل کے زیر اثر نہیں ہوں بلکہ خاصی حد تک خوش شکل بھی ہوں۔

ایک وقت تھا کہ میرا ایک دوست بھی تھا جسے آپ بوائے فرینڈ کا لقب دے سکتے ہیں مگر پھر اچانک ہی سب کچھ ٹھہر گیا...... رک گیا اور میں اس تجربے سے ناآشنا ہی رہی کہ کسی افسوس، پشیمانی، یا پچھتاوے کے بغیر کسی مرد کے قریب رہنا کیسا ہوتا ہے، میں اس احساس کو ہی فراموش کر بیٹھی کہ کسی کو چاہنا، پسند کرنا اور پھر اسے پالینا کیا ہوتا ہے لیکن اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ میں آج کچھ بھی نہیں ہوں۔ میں اس وقت اپنے کیریئر کے عروج پر ہوں کیونکہ کسی ملٹی نیشنل کمپنی میں جنرل منیجر کے عہدے تک رسائی کوئی معمولی بات نہیں ہوتی۔ 20 کے لگ بھگ افراد میرے ماتحت ہیں، مجھے رپورٹ کرتے ہیں جن میں اکثریت نوجوان لڑکیوں کی ہے جن میں سے ہر ایک کی شادی یا منگنی ہو چکی ہے اور یا بوائے فرینڈ تو ضرور ہے۔ میں انہیں اس وقت حسرت سے دیکھتی رہ جاتی ہوں جب آفس ٹائم ختم ہونے پر ہر ایک کا رخ واش روم کی طرف ہوتا ہے جہاں وہ اپنے میک اپ کو آخری ٹچ دے کر اور نوک پلک سنوار کر باہر نکلتی ہیں تو ان کے شوہر، منگیتر یا دوست ان کے منتظر ہوتے ہیں جن کے ہمراہ کار یا موٹر سائیکل پر وہ فراٹے بھرتی ہوئی نکل جاتی ہیں کار اور شوفر کے انتظار میں کھڑی جب میں یہ دیکھتی ہوں کہ کوئی لڑکی اپنے جیون ساتھی کی کمر میں بازو حمائل کئے، اسے اپنی ملکیت جانتے ہوئے ایک رشتے کا بھرپور اظہار کر رہی ہے تو میرا دل درد سے بھر جاتا ہے، اکیلے پن اور محرومی کا احساس اس وقت بہت زیادہ ستاتا ہے مگر میں بجھے دل کے ساتھ اپنے گھر کی راہ لیتی ہوں جہاں بہت سارے لوگ موجود ہیں مگر کسی کو میرا انتظار نہیں...... کوئی بھی ایسی ہستی نہیں جو مجھے بازوؤں میں بھر کر اپنائیت کا احساس دلائے، اس تھکن کو دور کر دے جو روزمرہ کی مشقت سے میری ذات کا حصہ بن گئی ہے۔ آج پھر مجھے کام کی زیادتی کے باعث واپسی میں تاخیر ہوئی ہے مگر کوئی ایسا بھی نہیں جو اکھڑے ہوئے لہجے میں بدمزاجی سے ہی سہی اس تاخیر کی وجہ

پوچھ لے۔ گھر کا ہر فرد میری راہ اگر تک رہا ہوتا ہے تو اس کی واحد وجہ یہ ہوتی ہے کہ میں ایک اچھی بھلی تنخواہ گھر لاتی ہوں اور وقتاً فوقتاً فرمائشیں پوری کرتی رہتی ہوں لیکن مجھ سے پوچھیں تو میں ایک ہستی کو اپنا انتظار کرتے دیکھنے کی متمنی ہوں جو صرف میری ہو اور میں بلا شرکت غیرے اسے اپنا کہہ سکوں، جو صرف میری منتظر ہو۔

ایسا نہیں ہے کہ مجھے بہتر وقت میں یا اس کے بعد مواقع میسر نہیں آئے مگر پوری سچائی اور ایمانداری کے ساتھ میں یہ کہوں گی کہ سیکس کو محض سیکس کی خاطر اپنانے کی "بیہودگی" کے لئے میرا ذہن کبھی آمادہ نہیں ہوا بلکہ میرے تصورات میں یہ پہلو ہمیشہ پیار و محبت کے ساتھ جڑا رہا اور میری سوچوں کو دقیانوسی یا زنگ آلود کہہ لیں کہ ایک مضبوط ذہن کے ساتھ میری سوچ اس حوالے سے ایک پرخلوص اور حقیقی جیون ساتھی تک ہی محدود رہی اور میں تمام حسرتوں اور ناامیدیوں کے باوجود خود کو محض تسکین یا طمانیت پہنچانے کے لئے کسی ایسی حرکت میں ملوث نہیں ہوئی جس پر میرا ضمیر مجھے ملامت کرے۔ گھر سے باہر نکل کر اور پھر آفس میں ان گنت مرد میرے آس پاس ہوتے لیکن میرے نزدیک اس بات کی اہمیت تھی کہ پیار پانے کے لئے پیار کروں، وہ رشتہ استوار کروں جو کہ طویل رفاقت پر مبنی ہو، جس کے ساتھ میں فخر کے ساتھ سر اٹھا کر چل سکوں، دوسری صورت میں ایسا کون سا نکتہ تھا جس کی بناء پر میں یہ قدم اٹھاتی؟ میں نے شادی شدہ لڑکیوں سے سن رکھا ہے کہ پیار کا احساس ازدواجی تعلقات میں سنسناہٹ اور ولولہ پیدا کر دیتا ہے اور میں اس کا تجربہ بھی کرنا چاہتی ہوں لیکن کیسے؟ مجھے اس کے لئے ایک جیون ساتھی کی ضرورت ہے کیونکہ مشرقی معاشرے میں ایسا ہر تجربہ شادی کے بعد ہی ہوتا ہے اور کمزور ارادوں کی مالک جو لڑکیاں یا عورتیں اس سے ہٹ کر قدم اٹھاتی ہیں تو انہیں جن لفظوں میں یاد رکھا جاتا ہے اس کی تفصیل میں جانے کی ضرورت نہیں ہے۔

اگر آج عارف حیات ہوتا تو مجھے شاید یہ کہانی بیان کرنے کی ضرورت ہی پیش نہیں آتی۔ میری جب اس سے پہلی ملاقات ہوئی تو اس وقت میں 19 برس کی تھی اور ہم دونوں ہی یونیورسٹی سے اکنامکس میں آنرز کر رہے تھے۔ مجھے یہ بتانے میں بھی کوئی عار نہیں ہے کہ کسی خاص کوشش کے بغیر ہم ایک دوسرے سے محبت کرنے لگے تھے۔
مجھے نہیں یاد کہ مجھے کسی موقع پر مزاحمت کرنا پڑی ہو کیونکہ ہمارے مابین جسمانی قرب سے متعلق کوئی بات نہیں ہوتی تھی۔ ہم ایک ایسے دور میں داخل ہو چکے تھے جب ارد گرد موجود افراد یا معاشرے میں جنسی میلان و رجحان بڑھ رہا تھا مگر خدا کا شکر ہے کہ میرا شمار ایسی لڑکیوں میں ہوتا رہا جو کہ شادی سے قبل کسی قسم کی گڑبڑ یا غلط حرکت سے پرے رہتی تھیں۔ یہ ٹھیک ہے کہ میں اور عارف ایک ساتھ کھانا کھاتے تھے، لنچ تو ہمارا روز کا معمول تھا جبکہ کبھی کبھار ہم یعنی شو کے لئے بھی چلے جاتے مگر اس سے بڑھ کر کچھ نہیں۔ اس بات کو بھی چھوڑیں کہ ہمارے مابین اس نوعیت کی کوئی گفتگو ہی نہیں ہوتی تھی اور ہم محض ساتھ رہ کر بھی خوش تھے۔ ممکن ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ میں بھی قید و بند کے اصولوں میں کسی حد تک نرمی اختیار کر لیتی یا میری سوچ بدل جاتی لیکن ابھی میں اس پہلو پر سوچ بھی نہیں سکی تھی کہ ایک حادثے میں عارف کی موت ہو گئی۔
وہ ایک ایسا وقت تھا کہ اس نے میری ذات میں ایک خاص جگہ بنائی تھی اور سچ پوچھیں تو اس سانحے نے مجھے توڑ پھوڑ کر رکھ دیا۔ ہم دونوں مستقبل کی کافی حد تک منصوبہ بندی کر چکے تھے، یہاں تک کہ ہم نے سستی سی انگوٹھیوں کا تبادلہ بھی کر ڈالا تھا۔ کوئی ایک فرد بھی ایسا نہیں تھا جو کہ اس رنج والم کو محسوس کرتا جس سے میں گزر رہی تھی کیونکہ میری زندگی میں عارف کی کیا قدر و قیمت تھی اس سے کوئی واقف ہی نہیں تھا۔ میں نے اس کے بعد خود کو تعلیمی مصروفیات میں غرق کر لیا اور ایم بی اے کر کے ایک ممتاز ادارے

میں جنرل منیجر کے عہدے تک رسائی حاصل کرنے والی پہلی خاتون بن گئی!
اس دوران میری والدہ نے میری شادی کے حوالے سے کافی کوششیں کیں اور ممکن ہے کہ میں کسی رشتے پر رضامند بھی ہو جاتی لیکن ایک اور سانحہ پیش آیا جب میرے والد جو کہ ایک معروف بزنس مین تھے، اچانک ہی فالج کا شکار ہو کر [illegible] کے بعد بستر کا حصہ بن گئے۔ اب گھر کو چلانے کی تمام تر ذمہ داری میرے کاندھوں پر منتقل ہو گئی مگر یقین کریں کہ مجھے اس پر ذرا بھی ملال نہیں تھا بلکہ میں خوشی محسوس کر رہی تھی کہ مجھے اپنے گھر کے لئے کچھ کرنے کا موقع مل رہا ہے۔ میرے احساسات اور جذبات میرے اندر ہی کہیں دفن ہو چکے تھے حالانکہ عارف کی یادیں میرے ذہن سے قطعی دور نہ ہو سکی تھیں اور میں اس کی کمی اب بھی بری طرح محسوس کر رہی تھی۔ میں آفس سے واپسی پر ساری شام کھلی آنکھوں سے سپنے دیکھتی رہتی کہ اگر وہ زندہ ہوتا تو میری طرح ایک کامیاب شخص ہوتا۔ ہم ہنی مون کے لئے یورپ جاتے یا ممکن ہے کہ کسی ملک میں اپنا ٹھکانہ کر لیتے مگر...... خواب تو آخر خواب ہی ہوتے ہیں جو آپ کا دن تو گزار دیتے ہیں مگر راتیں عذاب ناک ہو جاتی ہیں۔
میرا جسم اپنی ضروریات کی تکمیل کے لئے چلا رہا تھا، خواہش کر رہا تھا مگر میں کسی کے پیار میں مبتلا ہونے کے حوالے سے خوف میں مبتلا تھی اور یوں محسوس ہوتا تھا میرے اوپر کسی آسیب کا سایہ ہو گیا ہے لیکن اس کے بعد میں نے گویا خود کو جاب ہی کی جانب دھکیل دیا اور وہ وقت ہاتھ سے نکل گیا جب کوئی فوری توجہ دے کر میری ضرورتوں کو پورا کر سکتا تھا اور میں بھی ایک مکمل عورت کی طرح خوش و خرم زندگی گزارنے کے قابل ہو جاتی۔
میری ذمہ داریاں دیکھتے ہی دیکھتے مجھے دس برس آگے لے گئیں کیونکہ میری والدہ گھر سے باہر قدم نہیں نکال سکتی تھیں، میرے والد بستر پر پڑے تھے جبکہ چھوٹے

بہن بھائی اسکولوں میں زیرِ تعلیم تھے۔ ہر شخص میری عظیم قربانیوں کو سراہتا اور کچھ کے لہجے میں ہمدردی بھی ہوتی مگر میرا خاندان اس سپورٹ کا عادی ہو چکا تھا جو کہ میں انہیں دے رہی تھی اور کسی کو یہ یاد بھی نہیں رہا تھا کہ میری اپنی بھی کوئی خواہشات ہیں۔ عارف اب میرے لئے بھولی بسری یاد بن چکا تھا، میری فیملی والد کے ساتھ ہونے والے واقعہ کے اثرات سے باہر آ چکی تھی اور ہر شخص اپنی اپنی جگہ خوش تھا جس نے یہ بات یکسر فراموش کردی تھی کہ میں بھی ان کے درمیان میں موجود ہوں اور ایک انسان بھی ہوں۔ آج جب گھر کا ہر فرد اپنی ایک زندگی بنا چکا ہے تو میں خود اپنے اوپر گرفت کھو بیٹھی ہوں۔ الفاظ کا تمام تر ذخیرہ استعمال کرکے بھی میں اس جذبے کو بیان نہیں کرسکتی جس سے محرومی کا مجھے سامنا تھا کیونکہ میں اس سے قطعی ناواقف تھی۔ لوگ بڑے اطمینان سے ازدواجی زندگی کے مختلف پہلوؤں پر روشنی ڈالتے اور کھلم کھلا گفتگو کرتے تو میری زبان کو تالا لگ جاتا۔ میں کیا کہتی جب کہ میں ایک چیز کے بارے میں جانتی تک نہیں تھی؟ کتابیں یا ناول پڑھتے ہوئے جب اس نوعیت کی کوئی سچویشن آتی تو میں چند صفحات پلٹ کر آگے نکل جاتی کیونکہ جن پہلوؤں پر آپ کچھ نہ جانتے ہوں ان کے بارے میں پڑھ کر اپنے ذہن پر بوجھ ڈالنے کا میرے نزدیک کوئی جواز نہیں ہے، کیا آپ کے خیال میں ایسا نہیں ہے؟

مجھے اس وقت ایک ایسے فرد کی ضرورت تھی جو مجھے پیار سے تھام کر اور محبت سے میرا ہاتھ پکڑ کر اس انوکھے تجربے سے روشناس کرائے...... مگر کون؟ یہی چیز مجھے سماجی اور معاشی مصروفیات میں الجھاتی چلی گئی۔ ایک مرتبہ لاہور میں کسی کاروباری کام کے حوالے سے جانے پر ایک کلائنٹ نے میرے لئے ڈنر کا اہتمام کیا جہاں وہ اپنی بیوی کے ساتھ آیا تھا جبکہ اس کا ایک دوست بھی موجود تھا مگر اسی دوران وہ لوگ دیگر دستیاب

[illegible] ...تل'' کرتے رہے تو میری توجہ کا مرکز کولڈ ڈرنک کی وہ بوتل ہی رہی جو کہ [illegible] مشکل ختم کی گئی کیونکہ دوران گفتگو ارادی یا غیر ارادی طور پر وہ اپنا ہاتھ میرے بازو یا کندھے پر رکھتا تو میں لرز کر رہ جاتی، ایک کپکپی سی سارے جسم میں دوڑ جاتی۔ کیونکہ میرے ذہن میں عجیب سے سوالات کلبلا رہے تھے۔ آخر یہ شخص کیا چاہ رہا ہے؟ شادی شدہ ہونے کے باوجود کہیں وہ محض موج مستی کے لئے تو راہ ہموار نہیں کررہا ہے یا وہ یہ بات محسوس کرنا چاہ رہا ہے کہ میں اس کے لئے دستیاب ہوں؟ اس طرح کے خیالات نے میرے ذہن پر اس قدر بوجھ ڈال دیا کہ میرا وہاں بیٹھنے کو بھی دل نہیں چاہ رہا تھا کیونکہ میرے اندر یہ وسوسہ پیدا ہو چکا تھا کہ وہ دیکھنے کی کوشش کررہا ہے کہ میں کس طرح کی عورت ہوں؟ میں لکڑی کی بے جان مورت کی طرح وہاں بیٹھی رہی اور پھر پارٹی ختم ہوگئی تو میں نے سکون کا سانس لیا، مگر کیا یہ واقعی سکون کا سانس ہی تھا؟

ایک اور بڑی مشکل جس کا مجھے سامنا کرنا پڑا وہ یہ تھی کہ میں ذہنی طور پر خود کو زائد العمر تسلیم کرنے پر تیار نہیں تھی اور میرا نہیں خیال تھا کہ اردگرد موجود خواتین کے لحاظ سے میری عمر خاصی زائد ہو چکی ہے۔ ابھی ایک دن کسی پڑوسن نے میری والدہ سے ملنے کے لئے کال بیل بجائی۔ اندر آنے پر میں نے دیکھا کہ اس کے دو بچے بھی ساتھ ہی ہیں۔ میں نے کہا کہ ''ایک منٹ آنٹی...... میں ابھی امی کو بلاتی ہوں......'' تو اس نے بڑی ناراضگی سے کہا کہ ''تم مجھے آنٹی کیوں کہہ رہی ہو، میری عمر تو صرف 30 سال ہے۔'' میں اس جواب پر بری طرح جھینپ گئی بلکہ سراسیمہ سی ہو کر گھر کے اندرونی حصے میں چلی گئی۔ بڑھتی ہوئی عمر نے مجھے اپنے شکنجے میں جکڑ لیا تھا مگر میں نے ابھی تک یہ حقیقت تسلیم ہی نہیں کی تھی حالانکہ یہ ساری صورتحال میرے لئے افسوسناک اور ذلت آمیز تھی۔ یقینی طور پر اس نے اپنے شوہر سے ہنستے ہوئے کہا ہوگا کہ ''پڑوس میں رہنے والی

عمر رسیدہ عورت جس کی شادی نہیں ہوئی ہے، وہ ابھی تک خود کو نوجوان تصور کر رہی ہے...... بے چاری"...... لیکن حقیقت یہ ہے کہ میں خود کو جوان ہی محسوس کرتی ہوں کیونکہ میرے چہرے پر ایک لکیر بھی ایسی نہیں جو زائد العمری کی نشاندہی کر سکے جبکہ نہ تو میرا پیٹ نکلا ہوا ہے اور نہ ہی نسوانی حسن کے ڈھلکنے کا کوئی شائبہ ہوتا ہے لیکن یہ تمام چیزیں صرف میرے علم میں ہیں کیونکہ یہ میں ہی ہوں جس نے اپنا سراپا اچھی طرح دیکھ رکھا ہے۔ ایک ایسے دور میں جب جنسی بے راہ روی عام ہو چکی ہے آپ مجھ سے پوچھ سکتے ہیں کہ کس چیز نے مجھے باہر جا کر کسی سے افیئر چلانے یا کسی کے عشق میں مبتلا ہونے اور کسی سے تعلق قائم کرنے سے روک رکھا ہے تو اس کی واحد وجہ یہ ہے کہ مجھے اپنی ایج گروپ کا کوئی ایسا مرد نہیں ملا ہے جو کہ کنوارا ہو اور مجھ سے شادی کی خواہش رکھتا ہو۔ بہت سارے ایسے لوگ ضرور ملتے ہیں جو کہ ایک یا دو بچوں کے باپ ہیں اور مجھ میں دلچسپی بھی لیتے ہیں مگر میں کیوں کسی ریڈی میڈ فیملی کے لئے ہامی بھر لوں؟

میں نے جہاں تک سن رکھا ہے تو دور حاضر کے مرد ایسی عورتوں کے شائق نہیں ہوتے جو ازدواجی معاملات سے ناواقف اور مکمل طور پر ناتجربہ کار ہوں اور میں کسی کی ہنسی کا شکار ہو کر شرمندہ ہونے کو قطعی تیار نہیں ہوں جو اپنے دوستوں میں یہ کہتے ہوئے میرا مذاق اڑائے کہ "اسے تو کچھ بھی نہیں معلوم...... اسی لئے غریب اس عمر میں بھی کنواری ہے۔" اس نوعیت کے خیالات نے مجھے کسی مرد کے قریب نہیں پھٹکنے دیا کیونکہ میں مشرقی اقدار کی حمایتی ہونے کے ساتھ ہی نقصان اور پچھتاوے کے حوالے سے بھی بہت محتاط ہوں۔ میرے تصورات اور سوچ میں گزرتے وقت کے ساتھ مزید پختگی آ رہی ہے اور سچ تو یہ ہے کہ "میں کارکردگی کے خوف میں کوئی کارکردگی دکھائے بغیر ہی مبتلا ہوں۔"

دوسری شادی اور آج کی خواتین

دوسری شادی ایک ایسا مسئلہ ہے جو آج بھی اتنا وقت گزارنے کے بعد جوں کا توں اپنی جگہ موجود ہے یہ مرد کی برتری والی سوچ ہے یا عورت کی اپنی ایسی کوئی غلطی کہ مرد اس انتہا تک پہنچتا ہے لیکن دونوں صورتوں ہی میں اس کے اثرات بہر حال بچوں تک ضرور پہنچتے ہیں جو کہ نہایت گمبھیر ہوتے ہیں دیکھیں ہماری خواتین اس مسئلے پر کیا کہتی ہیں۔

کائنات میں مرد و زن کے وجود میں آنے کے بعد سے اب تک میاں کی دوسری شادی کرنے کی خواہش کا اظہار کرنے اور بیوی کا انکار کرنے والا جھگڑا وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ نئے نئے موڑ سے گزر کر وہیں کا وہیں کھڑا ہے۔ اس جھگڑے کے اثرات بھی تب سے اب تک پہلے سے بھی زیادہ گمبھیر دکھائی دیتے ہیں۔ مرد کی ضد کی وجہ سے عورت آج بھی کانٹوں کی سیج پر نیم خوابیدہ آنکھیں لئے ساری عمر گزار دیتی ہے اور مرد آج بھی مذہب کے نام پر عورت کے حقوق کو سولی پر چڑھا دیتا ہے۔ لیکن نہ تو عورت کا اشتعال ختم ہوتا ہے اور نہ مرد کی برتری والی سوچ مسخ ہوئی ہے اس لئے آج کی تعلیم یافتہ اور باشعور حوا کی بیٹی بھی زندگی کی صلیب ، میں جکڑی پڑی ہے اس سارے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والی خواتین کی رائے کیا ہے۔ یہ جاننے کے لئے ہم نے زیر نظر کتاب کی قارئین بہنوں کے لئے ایک سروے رپورٹ ریکارڈ کی جو آپ کو یقیناً روشنی دے گی۔

فرح ناز (مارکیٹنگ منیجر)

دوسری شادی پہلی بیوی کے جذبات واحساسات کو کچلنے اور اس کے ساتھ بے ایمانی کرنے کے مترادف ہے میں سمجھتی ہوں کہ ایک میان میں دو تلواریں نہیں رہ سکتیں نہ ہی ایک مرد کے جذبات دو بیویوں کے ساتھ یکساں ہو سکتے ہیں ہمارے معاشرے میں مذہب کے نام پر یہ ٹرینڈ چل پڑا ہے کہ مرد بات بات پر عورت کو چار شادیوں کے جائز ہونے کی دلائل پیش کرتا ہے اس کے برعکس وہ چار شادیوں کی اجازت والے معاملے کے حقائق جاننے کی کوشش ہرگز نہیں کرتا بعض مرد معاشی طور پر غیر مستحکم ہونے کے باجود کئی کئی شادیاں کر لیتے ہیں وہ اپنے نفس کی بھوک کو مٹا لیتے ہیں مگر بچوں کے مستقبل کو بھوک، غربت اور افلاس کے گھپ اندھیرے میں اپنے ہاتھوں سے دھکیل دیتے ہیں اس کے علاوہ بعض پیسے والے مرد اپنی شیخی بگھارنے کے لئے کئی کئی شہروں میں شادیاں رچاتے ہیں بعض مرد پسند وناپسند کو وجہ بنا کر والدین کی مرضی تھوپنے اور زبردستی کی شادی کو سال دو سال تبھا کر بچے پیدا کر کے پھر پہلی بیوی سے نفرت کا رونا روتے ہیں اور دوسری شادی کر لیتے ہیں اور یہ سب رویے خود کو تسکین پہنچانے کی وجہ سے سامنے آتے ہیں۔

فوزیہ زبیری (سماجی کارکن)

میرے خیال میں کوئی بھی عورت دوسری عورت کو کسی بھی قیمت پر برداشت نہیں کر سکتی۔ شادی کے بندھن میں بندھ جانے کے بعد عورت اپنی محبت کو تقسیم کرنے کی اجازت نہیں دے سکتی بہرحال میرے میاں نے کبھی اس قسم کا کوئی اظہار نہیں کیا جہاں تک مذہب کی بات ہے تو اس دور میں کیونکہ جنگوں میں مرد شہید ہو جاتے تھے اور عورتیں بیوہ ہو جاتی تھیں تو مذہب نے بیوہ عورتوں کے لئے زندگی کے دروازے کھولنے کے لئے مرد کو خوشی خوشی اجازت دی لیکن آج معاشرے کا مرد کسی بیوہ عورت

سے طلاق یافتہ عورت کی زندگی کے اندھیرے ختم کرنے کے لئے شادی کی [illegible] پہلی بیوی کو نیچا دکھانے کے لئے اور اس سے انتقام لینے کے لئے کنواری لڑکی سے شادی کا خواہشمند ہوتا ہے بعض اوقات پہلی بیوی کے جہیز نہ لانے پر اس کی غربت کا [illegible]ال طعنے دے دے کر اڑایا جاتا ہے عورت جب صبر و برداشت کا مجسمہ بنی رہتی ہے تو چولہے کے پھٹنے سے اس کی موت واقع ہو جاتی ہے جس میں اکثر مرد کے گھر والے بھی شامل ہوتے ہیں اور گھر میں نئی دولت مند بیوی لانے کے خواب بن جاتے ہیں یہ سب ہمارا مذہب نہیں کہتا لیکن اکثر اوقات ہمارے معاشرے کا مرد مذہب کی آڑ میں اپنی جائز اور ناجائز خواہشات پوری کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔

رباب فاطمہ (وکیل)

شرعی طور پر اگر ایک مرد اپنی دو بیویوں کے درمیان انصاف نہ کر سکے تو دوسری شادی کرنا سراسر غلط ہے دوسری شادی کرنے کے لئے مرد کے پاس کوئی ٹھوس جواز ہونا چاہئے اگر پہلی بیوی سلیقہ شعار ہے اپنی اولاد کی پرورش اور گھر کے فرائض صحیح طرح سے انجام دے رہی ہے تو یقیناً مرد دوسری شادی کر کے پہلی بیوی کے ساتھ زیادتی کرتا ہے اور پہلی بیوی کی آگے کی تمام زندگی ایک کشمکش اور مایوسی کی دلدل میں پھنس جاتی ہے۔ اکثر پہلی بیویاں مرد کی دوسری شادی کی وجہ سے نفسیاتی مسائل کا شکار ہو جاتی ہے اور بچوں کی پرورش بھی صحیح ماحول میں نہیں ہو پاتی اور یوں مرد کی شوقیہ شادی کی وجہ سے سارا خاندان اور خاندان کے بیچ رشتے کھوکھلے ہو جاتے ہیں اس لئے مرد کو سوچ سمجھ کر دوسری شادی کا فیصلہ کرنا چاہئے خصوصاً پہلی بیوی اور بچوں کی موجودگی میں یہ اور بھی ضروری ہو جاتا ہے۔

صالحہ کوثر (معلّمہ)

ہمارا ملک پاکستان ترقی پذیر ممالک کی صف میں ہے اس لئے آبادی کو کنٹرول کرنا

بہت ضروری ہے اور دوسری شادی آبادی میں اضافے کا یقیناً باعث بنتی ہے اس کے علاوہ ملک کی ترقی و خوشحالی پر اس کے اچھے اثرات مرتب نہیں ہوتے، معاشی بار بڑھ جاتا ہے اور پھر عورت بھی ایک انسان ہے اس کے اپنے جذبات و احساسات ہوتے ہیں اپنے خواب ہوتے ہیں وہ نیا گھر اور اپنی محبت کسی اور کے ساتھ شیئر کرنا پسند نہیں کرتی اس حوالے سے مرد کی دوسری شادی پہلی بیوی کے حقوق پر ڈاکہ ڈالنے کے برابر ہے جو مرد چار شادیوں کی بات مذہب کے حوالے سے کرتے ہیں وہ دراصل ہمارے مذہب اسلام کی اصل روح سے واقف نہیں ہیں جبکہ ہمارا مذہب برابری کا سلوک چاہتا ہے

عذرا شہناز (ڈاکٹر)

میں مرد کی دوسری شادی کے حق میں ہوں شرعی لحاظ سے مذہب مرد کو چار شادیوں کی اجازت دیتا ہے اور اس میں کوئی حرج نہیں اگر پہلی اور دوسری بیوی اپنے ذہن سے محبت کی تقسیم کا خیال نکال دے تو دونوں بیویاں خوش و خرم زندگی گزار سکتی ہیں بشرطیکہ شوہر دونوں بیویوں کے حقوق پورے کر سکے معاشی طور پر مستحکم ہو، میں دوسروں کی مثال نہیں دیتی اپنی مثال دیتی ہوں میں اپنے میاں کی پہلی بیوی کے ساتھ گزشتہ پندرہ سالوں سے خوش و خرم زندگی گزار رہی ہوں۔

سراج المنیر تسلیم (شاعرہ)

مرد کی دوسری شادی سے نہ صرف دو عورتوں کی رقابت سامنے آتی ہے بلکہ بچوں میں بھی نسل در نسل یہ رقابت انتقام اور باغیانہ رویہ کا پیش خیمہ ثابت ہوتی ہے جس کے نتیجے میں بعض دفعہ خاندان کا سکون تباہ و برباد ہو جاتا ہے کئی مرتبہ لڑائی جھگڑے تفرقوں کی حدود پار کر کے قتل و غارت گری تک جا پہنچتے ہیں اور پھر آج کے دور میں ایک مرد کا دو جگہ توجہ دینا بہت مشکل ہے اگر مرد پر سکون زندگی گزارنا چاہتا ہے

تو وہ دوسری شادی کرنے کا فیصلہ سوچ سمجھ کر کرے۔ پہلی بیوی کا چناؤ صحیح طرح سے کرلے اس کی نفسیات کو سمجھنے کی کوشش کرے۔ خود کو مرد جان کر ہر بات پر بیوی سے ضد نہ کرے بعض دفعہ اس کی بات کو بھی اہمیت دے اور زندگی کے اتار چڑھاؤ کے ساتھ سمجھوتہ کر کے گھرداری گزارے۔ اس کو بیوی کی بجائے ایک ساتھی سمجھے تو زیادہ تر مسائل خود بہ خود حل ہو سکتے ہیں۔

طاہرہ مظفر (بینکر)

مذہب میں جو بات ہے اسے ہم غلط کہہ ہی نہیں سکتے، ہمارا مذہب ہمیں کھلی آزادی نہیں دیتا چاہے وہ مرد کے لئے ہو یا عورت کے لئے مذہب کی حدود کو پار کرنا اللہ کے پیغامات کو نہ ماننے کے مترادف ہے۔ انسان کیونکہ فطرت کے ہر پہلو پر توجہ دیتا ہے اس لئے مرد کی دوسری شادی کے حوالے سے میرے خیال میں مذہب نے شرط رکھی ہے کہ مرد ہر بیوی کے حقوق پورے کرے تو اگر مرد ایسا کر سکتا ہے تو وہ مزید شادی کرے اور اگر اس نے ایسا نہ کیا یعنی دونوں یا تینوں بیویوں کے حقوق کو برابری کے ساتھ پورا نہ کر سکا تو نہ ہی بیویاں سکون سے رہیں گی اور نہ ہی اس کی زندگی پرسکون گزر سکے گی اور وہ مرد دنیا میں ہی دوزخ کی آگ میں جلے گا۔

شمیم خان (مصورہ)

مرد کی دوسری شادی کا انحصار حالات پر ہو سکتا ہے اگر حالات ایسے ہیں کہ اس کی بیوی بیمار ہے اولاد کی تربیت ٹھیک طرح سے نہیں ہو پا رہی ہے یا عورت بدمزاج ہے اس نے مرد کی زندگی اجیرن کی ہوئی ہے تو اس صورت میں شادی کرنا ٹھیک ہے۔ اس صورت میں بھی عورت کی حق تلفی تو ہو گی لیکن تفریح کے لئے شادی کرنا صحیح نہیں ہے، آج کل اکثر مرد دھوکہ دے کر دوسری شادی کرتے ہیں اس کا حساب بھی انہیں

دینا پڑے گا شرعاً اگر مرد اپنی ساری بیویوں کے حقوق پورے نہیں کرے گا تو قیامت کے دن اس کا آدھا دھڑ مفلوج ہوگا اس لئے سوچ سمجھ کر قدم اٹھانا چاہئے ساری بیویوں میں توازن قائم رکھنا بہت ضروری ہے۔

فرزانہ سلیم (ڈائریکٹر ویمن ڈپارٹمنٹ)

میں مردوں کی دوسری شادی کے بالکل خلاف ہوں، میں سمجھتی ہوں کہ عورت پر اس سے بڑا کوئی ظلم نہیں اور پھر مرد دو بیویوں کے درمیان انصاف کسی صورت میں بھی نہیں کر سکتا اس کی دلیل قرآن مجید میں سورۃ النساء کی آیت نمبر 129 میں موجود ہے۔ جہاں اللہ تعالیٰ نے اس حوالے سے خود وضاحت کر دی۔ ترجمہ: ''خواہ تم کتنی ہی خواہش و حرص کرو متعدد بیویوں کے درمیان ہرگز عدل نہ کر سکو گے۔''

اسی طرح دوسری آیات میں بھی اس مسئلے کی وضاحت کی گئی ہے کہ ''تمہیں نکاح کرنے کی اجازت ہے جب تمہیں وثوق و اطمینان ہو کہ تم ان کے درمیان عدل کر سکو گے اور اگر تمہیں اپنے حالات کے پیش نظر یہ خوف و اندیشہ ہو کہ ان کے درمیان عدل نہ کر سکو گے تو پھر تمہیں صرف ایک بیوی کے نکاح پر اکتفا کرنا چاہئے۔ دوسری شادی کی شرائط کا علم ہونے کے باوجود مرد دوسری شادی کرتا ہے۔ عورت پر ظلم کرتا ہے اور نا صرف دیہی علاقوں کی عورت بلکہ شہروں میں رہنے والی بااختیار عورت بھی مرد کے آگے بے بس ہے۔

شاہدہ تنویر (ایمپائر)

عورت کے لئے اپنے میاں کی دوسری شادی کرنے کی اجازت دینا ناممکن ہے۔ یہ علیحدہ بات ہے کہ میاں پہلی بیوی کو اپنی زندگی کے اس فیصلے میں شامل کرنے کی ضرورت محسوس ہی نہیں کرتے کیونکہ یہ ان کی اپنی زندگی ہے اور اپنی زندگی میں

دوسری عورت کو شامل کرنے کا مرد کو پورا حق ہے مذہب اسے اجازت دیتا ہے۔ مذہب کن حالات میں یہ اجازت دیتا ہے اس سے انہیں کوئی سروکار نہیں انہیں تو بس مذہب کو استعمال کرنا ہے اور یہ سراسر پہلی عورت کی حق تلفی ہے۔

شمیم وارثی (کمپیئر)

اصل میں جب کسی مسئلے کا ردعمل ہمیشہ سے ایک طرح کے جواب میں دیا جاتا رہتا ہے تو وہ ہمارے ذہن میں بہت پختہ ہو جاتا ہے جبکہ ایسا نہیں ہونا چاہئے اگر ہم اپنے اردگرد دوسری شادی کے حوالے سے نظر دوڑاتے ہیں تو ایسے بھی بہت سے گھرانے نظر آتے ہیں جہاں دونوں بیویاں مل کر رہتی ہیں دوسری شادی پہلی شادی سے بھی زیادہ کامیاب نظر آتی ہے لیکن کیونکہ تاریخ شاہد ہے کہ عورت نے اس معاملے میں کبھی سمجھوتہ نہیں کیا اور ہمیشہ اس موضوع پر بات کرتے ہوئے بھی وہ مشتعل ہو جاتی ہے اس وجہ سے اس معاملے کو گھمبیر بنا لیا گیا ہے جبکہ اگر دیکھا جائے تو دونوں عورتیں ہیں اور دونوں کے جذبات یقیناً ایک جیسے ہیں نئی آنے والی بیوی کے لئے بھی خوشیوں کے دروازے کھلنے چاہئیں اور پہلی بیوی کو بھی اس کا حق ملنا چاہئے ایک دوسرے سے حسد کے بجائے سمجھوتہ کرنا چاہئے کیونکہ قسمت کا لکھا کوئی ٹال نہیں سکتا اور اگر اس مسئلے پر بیویاں تحمل سے کام لیں تو زندگی کا ڈرامہ سکون سے اپنے اختتام کو پہنچ سکتا ہے۔

نجمہ پروین (جیل سپرنٹنڈنٹ)

میں تو مردوں کی دوسری شادی کرنے کو عورت پر اپنی ابتری ظاہر کرنے کا ایک ذریعہ سمجھتی ہوں اور وہ اپنے اس عمل سے یہ ثابت کرتا ہے کہ میں اپنی زندگی کے صحیح اور غلط فیصلے کرنے اور ان پر عمل کرنے کا حق رکھتا ہوں اور عورت اپنی زندگی کے فیصلے کرنے اور اس پر عمل کرنے سے محروم رہتی ہے۔ ہمارے معاشرے کی ان گنت

عورتیں اپنے ماں باپ کی عزت بچانے، تہذیب وتمدن اور رسم ورواج کی چکی میں پس کر دنیا میں اپنی مرضی سے عمر قید کاٹنے پر مجبور ہیں وہ شادی کے بعد اپنے میاں کی ہر اچھی بری عادتوں کو چپ چاپ سہتی ہیں۔ بچے سو جائیں تو بچوں کی خاطر ان کے مستقبل کی خاطر خاموشی اختیار کئے رہتی ہیں اور اپنے گھر کو جنت کا نمونہ بنانے کیلئے ساری عمر قربانیاں دیتی ہیں لیکن پھر بھی بات بات پر مرد انہیں دوسری شادی کا طعنہ دے دیتا ہے اور اکثر سوکن لے آتا ہے میرے خیال میں یہ سب عورت کے برداشت کی بات نہیں ہے اگر میرے شوہر اس طرح کریں گے تو میں تو انہیں قتل کر دوں گی کیونکہ دوسری شادی کے بارے میں سوچنے والے مرد کو اس دنیا میں رہنے کا کسی قیمت پر حق نہیں دوں گی۔

مہناز رحمان (عورت فاؤنڈیشن)

ہمارے معاشرے کا مرد معاشی طور پر مستحکم بیوی کی موجودگی میں دوسری شادی کا زیادہ اظہار نہیں کرتا، لیکن جہاں مرد خود کفیل ہے اور عورت مرد پر انحصار کرتی ہے وہاں عورت کو اس قسم کا ظلم برداشت کرنا پڑتا ہے اب جبکہ عورت میں شعور آ رہا ہے تو عورت اپنے میاں کے اس فیصلے کے خلاف آواز اٹھاتی ہے وہ کہتی ہے کہ پہلے ہمیں طلاق دو پھر دوسری شادی کرو تو پھر مرد بھی چپ ہو کر بیٹھ جاتا ہے جہاں تک مذہب کی بات ہے تو حضرت علیؓ نے بھی حضرت بی بی فاطمہ سے دوسری شادی کرنے کا خیال ظاہر کیا تھا تو انہوں نے حضورﷺ سے حضرت علیؓ کی شکایت کر دی تھی تو حضورﷺ نے حضرت علیؓ کو بلا کر کہا تھا کہ فاطمہ میرے جسم کا ٹکڑا ہے اسے تکلیف دینا مجھے دکھ دینا ہے اور حضرت علیؓ نے دوسری شادی کا ارادہ ترک کر دیا تھا لیکن تاریخ میں حضرت فاطمہؓ کی رحلت کے بعد حضرت علیؓ کی دوسری شادی کا ذکر ملتا ہے۔ جہاں تک چار شادیوں کی مذہب میں دی

جانے والی اجازت کی بات ہے تو وہ حالات پر منحصر کرتا ہے اس زمانے میں مرد کم تھے اور عورتیں زیادہ اس لئے مذہب نے اجازت دی تھی اگر آج کسی مرد پر کوئی آفت آ گئی ہو تو وہ دوسری شادی کر سکتا ہے لیکن بلا جواز ایسا کرنا غلط ہے۔

عابدہ نصر اللہ (ادارہ نور حق)

مرد کی دوسری شادی کے حوالے سے اسلام نے مرد کے لئے مخصوص سماجی اور معاشرتی حالات میں اس کے لئے راستہ کھلا رکھا ہے۔ اگر پہلی بیوی سے اولاد نہیں تو وہ دوسری شادی کر سکتا ہے لیکن اس کے لئے بھی قرآن میں یہ صاف واضح کر دیا گیا ہے کہ اگر تم دونوں بیویوں کے ساتھ انصاف کر سکو تو شادی کرو ورنہ تمہارے لئے ایک ہی بہتر ہے۔ کیونکہ انسان کی فطرت میں زیادتی کرنا شامل ہے اور اللہ تعالیٰ کو معلوم ہے کہ انسان انصاف نہیں کر سکتا اس لئے کہا گیا کہ ایسا نہ ہو کہ ایک کو لٹکتا ہوا چھوڑ دو اس لئے تمہارے لئے بہتر ہے کہ ایک پر ہی اکتفا کرو۔

یاسمین زاہد (عوامی قیادت پارٹی)

آج کے دور میں کرپشن حد سے زیادہ بڑھ گئی ہے۔ لوگوں کے دل سے گناہ اور ثواب کا فرق ختم ہو گیا ہے اس وجہ سے اگر مرد معاشی طور پر مستحکم ہو تو دوسری شادی کر لے کیونکہ گناہ سے بہتر دوسری شادی کر لینا ہے۔

اگر میرے میاں دوسری شادی کی اجازت مانگیں گے تو میں ان کی اس خواہش پر مشتعل ہونے کے بجائے ان سے دوسری شادی کرنے کی وجہ دریافت کروں گی اور اگر ان کے دلائل میں وزن ہو گا تو انہیں اجازت دے دوں گی۔

بیگم راحت جاوید (پاکستان مسلم لیگ)

ہمارا مذہب یہ نہیں کہتا کہ مرد عیاشی کے لئے مذہب کا نام استعمال کر کے شادی

پرشادی کرتے جائیں مذہب بلاضرورت کوئی کام کرنے کی اجازت نہیں دیتا لیکن مرد عورت کو زیر کرنے کے لئے اسلام کا نام لیتا ہے۔شادی کرنا، نکاح کرنا، برائی کو روکنے کا راستہ ہے تاکہ آدمی برائی نہ کرے کیونکہ برائی انسان کی فطرت میں شامل ہے۔اللہ تعالیٰ نے عورت کو اس لئے نہیں بنایا کہ اسے ہر وقت دبایا جاتا رہے مرد ظلم و زیادتی کرتا رہے اور وہ خاموشی سے سہتی رہے جو مرد اپنی چھوٹی خواہشوں کے حصول کے لئے مذہب کا سہارا لیتے ہیں وہ انسان کہلوانے کے مستحق ہرگز نہیں ہیں۔

نفیسہ راجہ (پی پی پی)

ہمارے معاشرے میں دراصل مردوں کے بنائے ہوئے قوانین رائج ہیں۔ میں سمجھتی ہوں کہ مرد کی دوسری شادی کرنے سے سارا خاندان تتر بتر ہو جاتا ہے۔ خاص طور پر بچیوں کے ذہن پر جو برے اثرات بچپن سے مرتب ہوتے ہیں ان کا سایہ ساری عمر اس بچی کا تعاقب کرتا ہے اور نا صرف یہ بلکہ بعض بچیاں اپنے ماں باپ اور سوتیلی ماں کے لڑائی جھگڑوں کے خوف سے شادی کرنے سے خوف زدہ رہتی ہیں۔

نفسیات دان کہتے ہیں کہ یہ لڑائی جھگڑے اور تفرقتیں نئی نسل تک منتقل ہوتی ہیں اور پھر بچیاں اپنی زندگی میں بھی تلخیاں بھر جاتی ہیں اس لئے نئی نسل کو عذاب سے بچانے کے لئے مرد کو دوسری شادی سے گریز کرنا چاہیے۔

سیما صمد (ایڈورٹائزر)

میرے خیال میں دوسری شادی غلط پلاننگ کا نتیجہ ہوتی ہے اگر مرد پہلی شادی سے قبل سوچ سمجھ کر فیصلہ کرے تو شاید دوسری شادی کی نوبت ہی نہ آئے۔ اس کے علاوہ شادی ایک ایسا بندھن ہے جس کے پختہ ہونے کے لئے ضروری ہے کہ میاں بیوی ایک دوسرے کی نفسیات کو جان لیں اور دوسری شادی کی ضرورت نہ پڑے۔

آزادیٔ نسواں مردوں کی نظر میں

عورت کو خالق کائنات نے بلند ترین درجوں سے نوازا ہے۔ ماں، بہن اور بیٹی کے روپ میں وہ اعلیٰ ترین منصب پر فائز ہے۔ اس کے ساتھ ہی خدا اور اس کے رسول نے دور جاہلیت کی تمام رسموں کو باطل قرار دیتے ہوئے عورت کو اس کے تمام جائز حقوق عطا کیے اور اسے کسی طور مردوں سے کمتر قرار نہیں دیا اور ایک انسان ہونے کے ناطے اسے مردوں کے مساوی حقوق عطا کیے گئے سوائے چند ایک معاملات کے جن میں قانون قدرت کے تحت مردوں کو افضلیت حاصل ہے۔ آج اگر ہم اپنے اردگرد نظر ڈالیں تو گزرتے برسوں نے عورتوں کو کافی خودمختاری بخشی ہے وہ آج معاشرے کی ایک فعال رکن ہے اور مردوں کے شانہ بشانہ کام کر رہی ہے۔ آزادی نسواں کے حوالے سے جب ہم نے مرد حضرات سے گفتگو کی تاکہ ہمیں اندازہ ہو کہ آج کا مرد عورت کو کس حد تک آزاد دیکھنا چاہتا ہے۔ نیز وہ عورت کو آج بھی چار دیواری میں قید دیکھنے کا خواہش مند ہے۔ یا اسے آزادی دینے کا قائل ہے اور اگر ہے تو کس حد تک اور یہی وہ بنیادی سوال ہے جس کا جواب حاصل کرنے کے لئے ہم نے چند حضرات سے گفتگو کی۔ جو پیش خدمت ہے!!

خالد چوہدری

خالد صاحب ایک پرائیویٹ فرم میں سیلز منیجر ہیں اس حوالے سے انہوں نے بڑی تفصیلی گفتگو کی۔ ان کا کہنا ہے کہ آج کے دور میں عورتوں کو جس قدر آزادی حاصل ہے۔ میرے خیال میں وہ ہر لحاظ سے مناسب ہے لیکن اس کے باوجود آزادی آزادی کا

نعرہ "چہ معنی دارد" آخر وہ بھی تو ایک زمانہ تھا جب عورتیں گھر کی چہار دیواری سے باہر نکلنے کا تصور نہیں کر سکتی تھیں اور اگر کبھی انہیں کسی خوشی یا غمی میں شرکت کرنے نکلنا پڑتا تھا تو ان کے لئے باپردہ سواری کا انتظام کیا جاتا تھا۔ اگر آج کی عورت اس دور سے اس دور کا موازنہ کرے تو اسے باآسانی پتہ لگ جائے گا کہ وہ آج بہت بہتر زندگی گزار رہی ہے۔

لیکن دوسری طرف ایک بات یہ بھی ہے کہ دراصل عورتوں کے نزدیک آزادی کا مفہوم کیا ہے۔ آیا اپنی زندگی کے معاملات میں خودمختار ہونا یا حقوق و فرائض کے ضمن میں مردوں کی نسبت زیادہ خودمختار ہونا۔ اگر یہ بات ہے تو اللہ تعالیٰ نے عورت اور مرد کے حقوق و فرائض کا جس طرح تعین کیا ہے اس کی پاسداری ہم سب پر فرض ہے۔ لیکن اگر کوئی حد سے تجاوز کرتا ہے تو تدارک لازم ہے۔ میں خود مناسب حد تک عورتوں کی آزادی کا قائل ہوں۔ میری بیگم ایک ملازمت پیشہ خاتون ہیں اور وہ اپنے معاملات میں خودمختار ہیں۔ میری طرف سے ان پر کوئی پابندی نہیں اس لئے کہ وہ اپنے گھریلو فرائض سے کبھی کوتاہی نہیں کرتیں۔ گھر، بچے اور اپنی تمام ذمہ داریاں انہوں نے خوش اسلوبی سے سلجھائی ہوئی ہیں۔ انہوں نے میری طرف سے دی گئی آزادی جائز حد تک استعمال کی ہے۔ اپنی نسوانیت اور اپنی شرم و حیا پر کبھی حرف نہیں آنے دیا ہے۔ لیکن اگر وہ اپنے فرائض سے بیگانہ ہو جاتیں یا عورت کے تقدس کو پامال کرنے کی کوشش کرتیں تو شاید میں بھی انہیں چہار دیواری میں ہی قید رکھتا۔ لہٰذا میرے نظریے کے مطابق عورت کو معاشرے کے ایک فعال رکن کی حیثیت سے کام کرنے کا اور اپنی صلاحیتوں کو استعمال کرنے کا پورا حق حاصل ہے۔ لیکن اس آزادی سے غلط فائدہ نہیں اٹھانا چاہیے۔

منظور اشرف:

منظور صاحب ایک ریٹائرڈ سرکاری افسر ہیں۔ میرا سوال سنتے ہی بڑے پرجوش

انداز میں گویا ہوئے اور اچھی خاصی تقریر کر ڈالی۔ وہ کہتے ہیں کہ صاحب کیا زمانہ آ گیا ہے کہ اب عورتیں بھی آزادی کا نعرہ لگا رہی ہیں۔ جس طرح ایک زمانے میں ہم سب ایک دن انگریزوں کی غلامی سے چھٹکارا پانے کے لئے آزادی آزادی کے نعرے لگایا کرتے تھے۔ لیکن میری سمجھ میں نہیں آتا کہ یہ عورتیں آخر کس چیز سے آزادی چاہتی ہیں۔ اپنے فرائض سے، بال بچوں سے، گھرداری سے، شوہر اور سسرال والوں کی خدمت سے یا شرم و حیا سے۔ بھئی آج جو کچھ انہیں میسر ہے کیا وہ کم ہے۔ ہمارے زمانے میں تو عورتوں کی تعلیم تک کا تصور نہ تھا جبکہ آج عورت اپنی مرضی اور پسند سے اعلیٰ تعلیم اور ملازمت حاصل کر رہی ہے۔ میری بیٹیاں اعلیٰ تعلیم حاصل کر کے ملازمت کر رہی ہیں ساتھ ہی گھرداری بھی کر رہی ہیں۔ میرے خیال میں تو آج عورت پر کوئی پابندی نہیں ہے۔ وہ اپنی مرضی سے اپنی زندگی کے تمام فیصلے کر رہی ہے۔ لیکن چند پابندیاں الٰہی ہیں جو عورت کو خود اپنے آپ پر لگانا لازم ہے۔ جیسا کہ وہ مردوں کی طرح شتر بے مہار ہو کر گھوم پھر نہیں سکتی۔ گھرداری شوہر اور بچوں کی خدمت سے کوتاہی نہیں برت سکتی۔ کیونکہ ہر حال میں گھر کی ذمہ داری نبھانا عورت کا پہلا فرض ہے۔ وہ کسی حال میں بھی خود کو بچوں کی پرورش سے مبرا ثابت نہیں کر سکتی کیونکہ ماں کی حیثیت سے اس کا رتبہ افضل ہے اور بچوں کی تربیت اس کا فرضِ اولین۔ شوہر کی اطاعت بھی اس پر جائز حد تک لازم ہے۔ اگر ان فرائض کو وہ اپنے لئے بوجھ سمجھتی ہے اور ان سے فرار چاہتی ہے تو پھر ہمارے معاشرے کا اللہ حافظ ہے۔

مظفر حسین

مظفر صاحب ایک غیر شادی شدہ نوجوان ہیں۔ ایک پرائیویٹ فرم میں اچھے عہدہ پر فائز ہیں۔ ان کا خیال ہے کہ عورت کا اصل مقام اس کا گھر ہے اور میں بلاضرورت عورتوں کے باہر نکلنے کا قائل نہیں۔ عورتوں کو آزادی ضرور ملے مگر اس حد تک کہ وہ اپنے

جائز حقوق حاصل کر سکیں۔ انہیں ان کی مرضی کے مطابق تمام تر تعلیمی سہولیات میسر ہوں۔ شریک زندگی کے انتخاب کا حق حاصل ہو۔ لیکن جہاں تک ملازمت کا سوال ہے تو انہیں بلاضرورت ملازمت کے بہانے در بدر نہیں پھرنا چاہیے۔ آج میں جب خواتین کو مختلف محکموں میں نہایت بے پروگی سے غیر مردوں کے درمیان کام کرتے دیکھتا ہوں تو ایک شرمندگی کا احساس مجھے گھیر لیتا ہے۔ چاہے کوئی عورت ضرورتاً ملازمت کر رہی ہو یا بلاضرورت انہیں کم از کم اپنی شرم وحیاء اور اپنے نسوانی وقار کا خیال رکھنا چاہیے۔ اگر ملازمت کرنا کسی عورت کی مجبوری ہے تو وہ اپنے حدود میں رہ کر باوقار انداز میں اپنے فرائض کی ادائیگی کر سکتی ہے۔ اگر اس نے اپنی نسوانیت کا پاس نہ رکھا تو دوسرے بھلا اس کا احترام کس طرح کر سکیں گے اور اگر خواتین اس طرح بے حجابانہ مردوں کے ساتھ میل جول کو ہی آزادی سمجھتی ہیں تو کم از کم میں اس آزادی کا ہرگز قائل نہیں۔

شفیق الرحمٰن

شفیق صاحب ایک ایڈورٹائزنگ ایجنسی سے منسلک ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ عورتوں نے آج شخصی آزادی کے نام پر جو رنگ ڈھنگ اپنا لئے ہیں وہ سراسر معاشرے کو تباہی کی طرف لے جا رہے ہیں۔ آپ ذرا مجھے یہ بتائیں کہ آج جو عورتیں خود کو ترقی یافتہ معاشرے کا ایک فرد ظاہر کرنے کے لئے تمام بندشوں سے آزاد ہو رہی ہیں اور انتہائی بے باکی سے مردوں کے ساتھ میل جول کو اپنا حق سمجھتی ہیں کیا وہ اپنے بچوں کو معاشرہ کا باوقار فرد بنا سکتی ہیں۔ جب تک ماں کی شخصیت میں وقار ''بردباری'' شرم و حیا اور کردار کی مضبوطی نہ ہو وہ کسی بچے کی بہتر تربیت کیسے کر سکتی ہے اور میرے خیال میں عورت کا سب سے پہلا اور اہم کام بچے کی تربیت کرنا ہے اور ماں کی گود کو بچے کی پہلی تربیت گاہ کہا جاتا ہے لیکن اس گود میں شفقت محبت اور خلوص کی خوشبو ہونی چاہیے۔

اپنے آپ میں بہتری پیدا کریں

شوہروں کو گھر سے نکل کر روزگار کی تلاش میں جانا ہی پڑتا ہے، اس حقیقت سے ہر عورت اچھی طرح واقف ہوتی ہے مگر حیران کن امر یہ ہے کہ بیشتر خواتین شکوہ بہ لب ہی رہتی ہیں اور شوہر کے جاتے ہی گویا ان کی زندگی میں مایوسی اور اداسی ڈیرے ڈال دیتی ہے۔ کسی کونے میں منہ لپیٹ کر پڑ جانے اور ان کی یاد میں آنسو بہانے سے کہیں بہتر ہے کہ اس وقت کا بہترین استعمال کریں تاکہ جب آپ کے شوہر کی شام ڈھلے گھر واپسی ہو تو آپ اس کا خوش دلی سے استقبال کرنے کے لئے پوری طرح تیار ہوں اور حسب روایت اسی طرح خوب صورت اور پراعتماد نظر آئیں جیسے کہ عموماً اس کی موجودگی میں نظر آتی ہیں۔

فرزانہ کو اس بات کا بخوبی علم ہے کہ جب شوہر دور ہو تو اسے کن کیفیات سے گزرنا پڑتا ہے۔ شادی سے قبل اسے احساس تک نہ تھا کہ اس کا شوہر اپنے کام کی غرض سے بیرون ملک یا بیرون شہر چلا جائے تو عورت یہ دکھ اور دوری کس طرح برداشت کرتی ہے، وہ اس بات کو سمجھنے سے اس لئے قاصر تھی کہ اسے ایسے حالات میں واسطہ ہی نہیں پڑا تھا لیکن جب اس کی شادی ہو گئی تو اسے بذات خود اس صورتحال سے دوچار ہونا پڑا کیونکہ اس کے شوہر کی جاب بھی کچھ اس نوعیت کی تھی کہ اسے سال میں ایک یا دو مرتبہ دفتری کاموں کے سبب تین سے چار ہفتے تک گھر سے دور رہنا پڑتا تھا۔ ابتدائی عرصے میں شوہر کے جانے کے بعد وہ خود کو بہت زیادہ تنہا، مایوسی اور اداس

محسوس کرتی تھی اور یہ تمام احساسات شوہر کی واپسی تک اس پر پوری طرح طاری رہتے تھے۔ اس تمام قصے کا بدترین پہلو یہ ہے کہ فون یا خط کے ذریعے رابطہ ہونے پر وہ ان تمام کیفیات سے شوہر کو بھی آگاہ کرتی تھی، یوں دونوں طرف ایک پریشانی سی رہتی تھی لیکن جب فرزانہ کے یہاں پہلے بچے کی آمد ہوئی تو سب کچھ تبدیل ہو گیا اور وہ شوہر کی دوری کو ذہنی پختگی کے ساتھ قبول کرنے میں کامیاب ہو گئی۔ ظاہر ہے کہ یہ اس کا بچہ ہی تھا جس نے اسے اپنی جانب متوجہ کر کے ایک ایسی دلچسپی مہیا کر دی کہ وہ تنہائی اور اکیلے پن کے خول سے باہر نکل آئی لیکن گزرے ہوئے عرصے میں پیدا شدہ ڈپریشن کے اثرات نہ صرف اس پر منفی انداز سے پڑے بلکہ ان کا شوہر بھی ان سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکا جو کہ اس دوران اس کے پاس موجود ہی نہیں تھا۔ اب حرف آخر یہ ہے کہ بیوی اور شوہر دونوں کو ایسی راہیں تلاش کرنا چاہئیں تاکہ وہ کسی نہ کسی طرح مصروف رہیں۔ نہ تو بیوی اپنے شوہر کے چلے جانے پر روتی بسورتی اور آنسو بہاتی رہے اور نہ ہی شوہر اس کی جدائی کے غم میں ہمہ وقت نڈھال رہے بلکہ خود کو جس حد تک ممکن ہو نارمل رکھنے کی کوشش کرے۔

دفتر سے واپس لوٹتے ہی شاہد نے نجمہ کو یہ خبر سنا کر اپ سیٹ کر دیا کہ وہ امریکہ جا رہا ہے۔ اگرچہ کہ نجمہ نے پوری کوشش کی کہ اپنی مایوسی کا اظہار نہ کرے اور اس کے احساسات چہرے سے عیاں نہ ہوں مگر شاہد نے اس کی دلی کیفیت کو بھانپ کر اسے تسلی دیتے ہوئے کہا کہ "میں جانتا ہوں کہ ہمیں ایک دوسرے کی کمی محسوس ہو گی اور اتنے عرصے تک جدا رہنا آسان نہیں ہو گا مگر یہ مینجمنٹ ٹریننگ میرے لئے مستقبل کی ترقی کے حوالے سے انتہائی اہم ثابت ہو گی اور یہ تم ہی ہو جو کہ اس کڑے وقت میں میری مدد کر سکتی ہو۔" نجمہ بھی شوہر کے احساسات کو بخوبی سمجھتی تھی کیونکہ وہ بھی اس سے

اور بچوں سے بالکل اسی طرح جڑا ہوا تھا جیسے کہ خود نجمہ اپنے شوہر اور بچوں سے لہٰذا یہ وقتی جدائی دونوں کے لئے یکساں اثرات کی حامل تھی۔ اب نجمہ نے بڑی بہادری کے ساتھ اس مشکل وقت کو قبول کرنے کا فیصلہ کر لیا جس کا پھل اس کے خاندان کو آنے والے عرصے میں مل سکتا تھا۔ اس نے شاہد سے کہا کہ اسے فکر مند ہونے کی ضرورت نہیں ہے اور وہ اس کی عدم موجودگی میں گھر اور بچوں کو سنبھال لے گی۔

کارپوریٹ ورلڈ میں بڑھتا ہوا مقابلے کا رجحان اس بات کا تقاضہ کر رہا ہے کہ ایگزیکٹو حضرات اپنی فیلڈ کی تمام اچھائیوں، برائیوں اور اونچ نیچ سے پوری طرح واقف ہوں اور خود کو مکمل طور پر اپ ڈیٹ رکھیں۔ یہی وجہ ہے کہ ایسے افراد کو ہمہ وقت مصروف رہنا پڑتا ہے جن کے پاس بیوی بچوں کو دینے کے لئے بہت کم وقت باقی بچتا ہے حالانکہ وہ اس کی بھرپور خواہش رکھتے ہیں۔ اس مسلسل مصروفیت کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ دن کا بیشتر حصہ کاموں میں صرف ہونے لگتا ہے یہاں تک کہ اتوار اور چھٹیاں بھی اس کی نذر ہو جاتی ہیں جبکہ ساتھ ہی مختلف کانفرنسوں اور سیمینارز میں شرکت کے لئے گھر سے دور بھی جانا پڑتا ہے۔

شوہر مصروف تر ہوتا چلا جاتا ہے اور بیوی تنہائی کا شکار ہوتی چلی جاتی ہے۔ ایسے خاندانوں میں اضافہ ہوتا چلا جا رہا ہے جہاں عورت کو اپنے بچوں یا بچوں کو تن تنہا ہی پرورش کے عمل سے گزارنا پڑ رہا ہے اور جو اکیلے ہی تمام تر مصائب برداشت کر رہی ہے حالانکہ وہ اکثر خود کو خالی، کچلا ہوا، غرقاب اور اکیلا بھی محسوس کر رہی ہوتی ہے۔ وہ ایسی ماں کا روپ دھار لیتی ہے جسے نہ صرف خود جینا ہے بلکہ شوہر کی عدم موجودگی میں بچوں کی دیکھ بھال اور مناسب پرورش بھی کرنا ہے۔ لیکن یاسیت کے اس عالم میں بھی وہ اولاد پر اپنا غصہ نہیں نکالتی بلکہ بڑے صبر سے کام لیتی ہے۔ اس

سے اس حوالے سے اپنے شوہر کی جانب سے کسی قسم کا کوئی سہارا نہیں مل رہا ہوتا جو کہ ایک مدت تک گھر سے دور رہتا ہے اور بیوی کو تنہا چھوڑ جاتا ہے کہ وہ اپنے اندرونی جذبات کو خود ہی قابو کرتی رہے اور امنگوں کا گلا گھونٹ دے یا پھر خاموشی سے حالات کا مقابلہ کرے اور تمام ذمہ داریاں بھی پوری کرے۔

مثبت طرزِ عمل اپنائیں

ایسی بیوی جسے ضروریات زندگی فراہم کر کے مسلسل تنہائی کے عذاب میں دھکیل دیا گیا ہے کہ وہ اپنے اور بچوں کے بارے میں سوچتی رہے، کے لئے زیادہ بہتر یہ ہے کہ وہ اپنی عام زندگی کے حوالے سے مثبت سوچ اور رویہ کی تعمیر کرے۔ اپنے آپ پر ترس کھانے کے بجائے لازمی ہے کہ وہ خود کو مکمل طور پر اہل سمجھے کہ ہر مصیبت اور پریشانی کا مقابلہ کرنے کی سکت اس میں موجود ہے، کسی بھی نوعیت کے حالات کا مقابلہ کرنے کے لئے وہ اپنے اندر اعتماد پیدا کرے کیونکہ وہ حالات کا بہادری سے مقابلہ کر کے اور شوہر سے دوری کے مشکل وقت کو ایک چیلنج کے طور پر قبول کر کے ہی کامیاب ہو سکتی ہے پھر یہ کہ اس میں درحقیقت ایسا کرتے ہوئے ذاتی اہلیت اور قابلیت بھی بڑھے گی۔

کام کا طریقہ کار اور نیند کا وقت

خواتین خود کو پوری طرح فعال اور چاق و چوبند رکھیں اور جس حد تک بھی ممکن ہو مصروف رہیں۔ مریضانہ انداز سے سوچ و بچار میں وقت نہ ضائع کریں اور دن بھر میں نہ صرف زیادہ سے زیادہ لوگوں سے ملنے جلنے کی کوشش کریں بلکہ ممکن ہو تو نئے

دوست بنائیں کیونکہ ہم سب اسی سماج کی پیداوار ہیں، اسی مٹی سے پیدا ہوئے ہیں لہٰذا ہم اپنے خیالات اور جذبات جتنے زیادہ دوسرے افراد کے ساتھ شیئر کریں گے اتنا ہی خوش رہیں گے۔

دوپہر کے اوقات میں لمبی نیند لینے کے بجائے محض اونگھ پر ہی گزارہ کریں اس طرح آپ کو رات کے اوقات میں بہت اچھی نیند آئے گی۔ جب مختلف قسم کی یادیں انسان کو زیادہ ستاتی ہیں اور نیند اچاٹ ہو جاتی ہے۔ رات کی اچھی نیند کے سبب اگلی صبح آپ خود کو پوری طرح تازہ دم محسوس کریں گی اور ایک نئے عزم کے ساتھ ساتھ خود کو گھریلو سرگرمیوں میں مصروف کر لیں گی۔

ایک دوسرے سے منسلک رہیں

اپنے شوہر کے ساتھ رومانس کے لمحات کو تازہ کر کے اپنی شادی شدہ زندگی کو نئے معنی عطا کریں۔ ''غیر حاضری کا عنصر دل کو مزید فریفتہ کر دیتا ہے۔'' ممکن ہے کہ بڑھتی ہوئی عمر اس راہ میں رکاوٹ بنے مگر کہیں نہ کہیں راکھ میں چنگاری دبی رہتی ہے اور محبت کم نہیں ہو پاتی۔ شوہر کی عدم موجودگی آپ کو اس کی کہیں زیادہ یاد دلاتی ہے اور اس نے پیار کے اظہار کے لئے مختلف اوقات میں جو کچھ بھی کیا ہوتا ہے وہ رفتہ رفتہ ذہن کے پردے پر ابھرنے لگتا ہے۔

اس سے آپ کی شوہر سے محبت کو نئے سرے سے تازگی ملتی ہے اور اس کی ذات سے دلچسپی قائم رہتی ہے اور حیران نہ ہوں کہ غیر ارادی طور پر آپ خود کو دس سال کم عمر محسوس کرنے لگتی ہیں۔

وقت کا موثر استعمال کریں

فراغت ذہن پر ناخوشگوار اثرات مرتب کرتی ہے جب آپ تنہائی کا شکار ہوں لہٰذا اپنے وقت کو مفید اور موثر انداز سے استعمال کریں۔ کوئی ایسا مشغلہ اپنالیں یا کچھ ایسا سیکھنے کی کوشش کریں جس کی آپ برسوں سے خواہشمند یا منتظر تھیں اور وقت نے آپ کو اس کی اجازت نہیں دی یا پھر مناسب مواقع میسر نہیں آئے۔ وقت کے موثر استعمال کا ذریعہ ڈرائیونگ سیکھنا بھی ہوسکتا ہے اور آپ کوئی کمپیوٹر کلاس بھی جوائن کرسکتی ہیں۔ اگر حالات اجازت دیتے ہیں تو پیراکی جاگنگ میں بھی خود کو مصروف رکھا جاسکتا ہے اور کچھ بھی نہیں تو کوئی ایسا کورس ہی کرلیں جس میں آپ کو دلچسپی محسوس ہوتی ہے۔ آپ وقت کا مفید استعمال کر کے ٹیچرز ٹریننگ کورس بھی کرسکتی ہیں جو کہ آنے والے وقتوں میں آپ کے لئے سودمند ثابت ہوسکتا ہے۔ اپنے بچوں کی تعلیم پر پوری توجہ دیں جو کہ آپ کا کافی وقت لے گی اور فراغت کے لمحات کم ہوجائیں گے۔

انجم کا شوہر نیوی کا افسر ہونے کے سبب سال میں کم و بیش تین ماہ سمندر میں گزارتا ہے اور وہ اپنے دو بچوں کے ساتھ گھر پر اکیلی رہ جاتی ہے۔ اگرچہ کہ اس کے پاس پروفیشنل ڈگری ہے اور وہ کسی وقت بھی پیشہ ورانہ کیریئر کا آغاز کرسکتی ہے مگر وہ گھرداری میں الجھے رہنے پر مجبور ہے جس کی ایک وجہ یہ بھی ہوسکتی ہے کہ وہ حال ہی میں ایک نئی جگہ منتقل ہوئی ہے جہاں اس کا کوئی رشتے دار یا عزیز نہیں ہے بلکہ کوئی دوست تک نہیں ہے۔ جس کے سبب وہ کچھ کرنا چاہے بھی تو نہیں کرسکتی اور اکثر خود کو تنہا اور مایوس محسوس کرتی رہتی ہے۔ پھر اس نے ایک ایسا ذریعہ تلاش کیا جس نے اسے سنبھال لیا اور وہ یہ تھی اس کی پہلی محبت...... یعنی لکھنے لکھانے کی عادت جس کا پھل

اسے بہت جلد ملا کہ اس کے کام کو سراہا جانے لگا۔ انجم نے رفتہ رفتہ اس حقیقت کو تسلیم کرنا شروع کیا کہ اب اس میں صبر کا مادہ پیدا ہوگیا ہے اور بچوں کے ساتھ بھی اس کا رویہ پہلے کے مقابلے میں قدرے بہتر ہوگیا ہے اور اس تبدیلی نے اسے زیادہ بہتر انسان کا روپ عطا کردیا جس کی سوچیں مثبت ہوچکی ہیں اور وہ زندگی کو اب ایک مثبت پہلو سے دیکھنے کی عادی ہوچکی ہے۔

اپنے آپ میں بہتری پیدا کریں

آپ کے ہاتھوں میں جتنا بھی وقت ہے اس سے بھرپور فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں اور اپنے آپ کو بہتر بنانے کے جو مواقع مل رہے ہیں انہیں استعمال کرنے کی کوشش کریں۔ اپنے شوہر کی عدم موجودگی میں بھی اپنا پوری طرح خیال رکھیں، اپنی ہیئت اور سراپا سنوارتی رہیں۔ اگر آپ کا وزن کچھ بڑھ گیا ہے تو اپنی غذا اور دیگر افعال پر کڑی نگاہ رکھتے ہوئے ایک باقاعدہ پلان ترتیب دیں تاکہ بڑھتے ہوئے وزن پر رکاوٹ لگائی جاسکے ساتھ ہی اس اضافی وزن کے لئے ایک ہدف کا تعین کرلیں۔ جب اس کوشش کا نتیجہ آپ کی جلد اور بالوں میں دکھائی دینے لگے تو اپنے مقاصد میں تبدیلی پیدا کریں اور ایک نئے جذبے اور جوش کے ساتھ اس کی جانب بڑھیں تواتر کے ساتھ ورزش کریں اور اپنی پسندیدہ شخصیات کے ساتھ لمبی واک پر جانے کی عادت ڈال لیں اور یا ایسے خوش و خرم افراد کے ساتھ وقت گزاریں جو کہ ظاہری طور پر بھی پرامید دکھائی دیتے ہیں۔ ورزش دراصل نہ صرف توانائی میں اضافہ کرتی ہے بلکہ چست و چالاک کردیتی ہے جس سے انسان خود بخود ذہنی طور پر خوشی محسوس کرنے لگتا ہے۔

اس کے علاوہ ریگولر فیشل، مینی کیور، پیڈی کیور اور سونا باتھ بھی لیں، اپنے بالوں کا اسٹائل تبدیل کر لیں کیونکہ شخصیت کی تبدیلی یقینی طور پر آپ کو پہلے سے زیادہ اعتماد، حوصلہ اور تیزی عطا کرے گی اور آپ کے اوپر طاری مایوسی اور تنہائی کا خاتمہ ہو جائے گا جو کہ آپ کو شوہر کی عدم موجودگی میں گھیر رکھتا ہے۔

بچوں کی تعلیمی سرگرمیوں پر پوری توجہ دینے کے ساتھ ہی انہیں اپنے ساتھ آؤٹنگ پر لے جائیں تاکہ ان کا ذہن تازہ ہو سکے۔ ان کے لئے پکنک پر جانے کا انتظام کریں اور تعلیم کے ساتھ ہی انہیں تفریح سے بھی جوڑنے کی کوشش کریں تاکہ وہ مسلسل پڑھائی سے اکتاہٹ میں مبتلا نہ ہو جائیں۔ کبھی کبھار کسی مووی کے لئے جانے اور گھر سے باہر کھانا کھانے میں بھی کوئی قباحت نہیں ہے۔ آپ بچوں کی اس طرح حوصلہ افزائی بھی کر سکتی ہیں کہ وہ کسی ویک اینڈ پر اپنے دوستوں کو گھر پر مدعو کر سکیں۔ ان کے لئے کھانا بنائیں اور اپنے وقت کا مفید استعمال کرتے ہوئے اولاد پر یہ بات واضح کر دیں کہ وہ بھی اہمیت کی حامل ہے۔ یاد رکھیں کہ جب آپ اپنے بچوں کے لئے اتنا کچھ کریں گی تو کیا وہ آپ سے پیار نہیں کریں گے؟

ہماری زندگی میں تنہائی، مایوسی یا افسردگی کا یہ دور کسی وقت بھی آ سکتا ہے، اس سے کوئی بھی نہیں بچ سکا ہے لیکن درست رویہ اختیار کر کے اور بڑے طریقے کے ساتھ ہم اس وقت کے خلاء کو پر کر سکتے ہیں جو کہ ہماری زندگی میں ایک انقلاب لا سکتا ہے اور ہماری ذاتی قابلیت و اہلیت میں بھی اضافہ ممکن ہے۔ یہ مایوسی کے گھور اندھیرے میں روشنی کی وہ کرن بن سکتا ہے جس سے ہماری زندگی جگمگا سکتی ہے اور ہم کہیں زیادہ آزاد اور خود مختار دکھائی دے سکتے ہیں۔

سمجھداری، باہمی محبت اور رواداری کا مظاہرہ کریں

بے جا الزامات اور بدزبانی اب ایک پرانی بات ہو چکی ہے جس میں ساس اور بہو مصروف کار نظر آتی ہیں لیکن حقیقت کی نگاہ سے دیکھا جائے تو اس کا کوئی فائدہ، مقصد یا عام زندگی میں کردار نہیں ہے، سوائے اس کے کہ گھروں کا ماحول مکدر ہوتا رہے...... حیران کن امر یہ ہے کہ اس تمام تر مسلسل مشق کے خاتمے پر فریقین خود ایک دوسرے کی باتوں پر ہنس رہے ہوتے ہیں۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ سسرالی اور بہو حالات کی بہتری میں ایک دوسرے کا ساتھ دیں اور ایڈجسٹ ہونے کی کوشش کریں اور وہ ایسا کریں گے تو گھر کے ہر فرد کے لئے زندگی ایک حسین چیز بن جائے گی۔ الزامات کے جواب میں الزامات اور ساس بہو کے مابین نوک جھونک برسہا برس پرانی بات سہی لیکن یہ سمجھ میں نہیں آتا کہ ایسے معاملات میں لوگوں کی عقل کہاں رخصت ہو جاتی ہے کہ وہ بعض چیزوں کو جانتے ہوئے بھی سمجھنا نہیں چاہتے اور ایسے پہلوؤں پر ضد اور ہٹ دھرمی کا مظاہرہ کیوں کرتے ہیں جن کو بڑی آسانی سے باہمی طور پر حل کیا جا سکتا ہے۔ کسی جگہ یہ شکایت منہ کھولے کھڑی ہوتی ہے کہ لڑکا اپنی تنخواہ کا بڑا حصہ ماں کے حوالے کیوں کر دیتا ہے اور کہیں یہ مسئلہ الجھن پیدا کرتا ہے کہ بیوی پر غیر ضروری خرچے کیوں کئے جا رہے ہیں؟ کہیں یہ گلہ سامنے آتا ہے کہ دفتر سے آنے پر لڑکا کئی گھنٹے ماں کے پاس گزار دیتا ہے تو کہیں یہ بات برداشت نہیں ہوتی کہ وہ بیوی کے ساتھ کمرے میں کیوں گھسا رہتا ہے؟ گھریلو کاموں کی تقسیم اور بعض دوسرے

مسئلے بھی گھروں کو میدان جنگ بنائے رکھتے ہیں حالانکہ فریقین انہیں سمجھداری کے ساتھ باہمی طور پر مل کر حل کر سکتے ہیں اور جگ ہنسائی سے بچا جا سکتا ہے۔ کیونکہ ایسی صورتحال میں کسی کا کچھ نہیں جاتا صرف گھرانے کی نیک نامی داؤ پر لگ جاتی ہے اور لوگ باتیں بناتے ہیں۔

جب ان معاملات کو سلجھا کر پرسکون زندگی گزاری جا سکتی ہے تو پھر یہ آسان راستہ کیوں اختیار کیا جاتا؟ اگر لوگ ایک دوسرے کی ضرورتوں کو سمجھنے لگیں اور خواہشات کا احترام کریں اور ایک دوسرے کو سراہتے رہیں تو ہم آہنگی پیدا ہونا کوئی کٹھن کام نہیں ہے اور یہ وصف تعلقات کے حوالے سے معجزہ ثابت ہو سکتے ہیں لیکن انا اور نام نہاد حکمرانی کا شوق اس کی راہ میں رکاوٹ بنا رہتا ہے۔ شادی کے بعد بننے والے رشتوں کے مابین دراڑ کو سمجھنا بھی بہت ضروری ہے بلکہ اہم بھی کیونکہ اس کی جڑیں بڑی گہری ہیں جن کی نفسیات کو سمجھے بغیر کسی قسم کی تبدیلی ممکن نہیں ہے۔ گھر میں موجود ماں جو کہ شادی سے قبل بیٹے کی توجہ اور محبت کی تن تنہا مالک ہوتی ہے، بہو کو ایک چیلنج سمجھنے لگتی ہے جس نے اس سے بیٹے کا پیار چھین لیا ہے جبکہ بیوی کو اس بات کا یقین ہوتا ہے کہ گھر میں آتے ہی شوہر کی تمام تر محبت اور توجہ کا حق اسے حاصل ہو گیا ہے اور وہ تن تنہا اس کی مالک ہے جس پر کوئی اپنا حق نہیں جما سکتا ہے۔ دو عورتوں کے مابین حقوق کی اس جنگ میں ایک شخص مسلسل پستا رہتا ہے جو ایک بیٹا ہی نہیں ایک شوہر بھی ہے اور یہی وجہ ہے کہ تعلقات میں کشیدگی اور ماحول میں کھنچاؤ بڑھتا چلا جاتا ہے۔ گھر کے دیگر افراد دو اہم فریقین میں بٹ جاتے ہیں اور کچھ ماں کی جبکہ کچھ بہو کی حمایت میں پیش پیش رہتے ہیں جس کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ پورا خاندان ایک دوسرے کے مدمقابل آ جاتا ہے۔ اس مسئلے کو حل کرنے میں سب سے زیادہ مددگار دو مختلف

بیت کی محبتوں کو سمجھنا ہوتا ہے۔

بیٹے کی ماں سے محبت جبلی ہے جس کی نہ تو ٹریننگ ہوتی ہے اور نہ ہی یہ بات سکھانا پڑتی ہے۔ یہ محبت پیدائش کے ساتھ شروع ہوتی ہے اور پرورش کے دوران ذہنی، جسمانی اور نفسیاتی طور پر بڑی قربت سے ساتھ ساتھ چلتی رہتی ہے۔ اس کے برعکس شوہر کا پیار اپنی بیوی سے ایک بائیولوجیکل ضرورت کے تحت جنم لیتا ہے اور دونوں طرز کی محبتوں کا اثر بالکل واضح ہوتا ہے جنہیں ایک دوسرے پر فوقیت نہیں دی جا سکتی اور نہ ہی ایک پیار کی تہہ دوسرے پیار پر چڑھائی جا سکتی ہے اور نہ ہی ایک کی وجہ سے دوسرے کو کھرچ کر پھینکا جا سکتا ہے۔ اگر ماں اور بیوی دونوں ہی اس حقیقت کو تسلیم کر لیں تو اپنے اپنے اطوار اور اپنی اپنی جگہ اطمینان اور سکون کے ساتھ زندگی گزار سکتی ہیں۔

رشتوں کی صحت مندانہ تعمیر

اس سارے معاملے کو کسی اور طرح سے دیکھنا بھی ضروری ہے اور سمجھنا بھی۔

جب شادی بیاہ کی تقریبات کا گلیمر دم توڑ دیتا ہے تو پھر ایک بالکل نئی دنیا سامنے آتی ہے جس میں نو بیاہتا جوڑے کو قدم رکھنا پڑتا ہے۔ روزمرہ کے کاموں کی جھنجھٹ، تقاریب کا انداز جس میں اسے اپنا کردار ادا کرنا ہوتا ہے اس سے کچھ تقاضے کرتے ہیں، کچھ توقعات وابستہ کی جاتی ہیں، کچھ ڈیمانڈز ہوتی ہیں یہاں تک کہ گھر میں پکائے جانے والے کھانوں اور انہیں پیش کرنے کا انداز تبدیل ہو جاتا ہے اور بہت کچھ مختلف دکھائی دینے لگتا ہے۔ لڑکی کو ایک نئے گھر اور مختلف ماحول میں ایڈجسٹ ہونے کے لئے کچھ وقت درکار ہوتا ہے جس کے لئے ابتدا میں "کچھ دو اور کچھ لو" کا طریقہ کار بھی اپنانا پڑتا ہے جس کے ذریعہ رشتوں کی صحت مندانہ تعمیر ممکن ہو جاتی

ہے۔لڑکی کا فرض یہ ہوتا ہے کہ وہ کھلے ذہن کے ساتھ پوری دلچسپی کا مظاہرہ کرے اور خود کو ماحول میں ڈھالنے کی ضرورت کو محسوس کرے اور ساتھ ہی اپنے حسن سلوک سے گھر کے افراد کا دل جیت لے تو تمام چیزیں اپنی جگہ پر آجائیں گی اگر وہ اپنی انا کے ہاتھوں مجبور ہو کر ضد پر اڑی رہی، محض اپنی خوشیوں کو اولیت دیتی رہی اور غیر دوستانہ رویہ اختیار کیے رکھا تو پھر یہ کسی بڑی تباہی کے اجزائے ترکیبی ہیں اور معاملات میں بگاڑ یقینی ہے جس کے لئے ایک جملہ ہی کافی ہے مگر سدھارنے کو مذاکرات کا طویل سلسلہ بھی کافی نہیں ہوتا کیونکہ بات سے بات نکلتی بلکہ بڑھتی چلی جاتی ہے۔

ہمارے پڑوس میں رہنے والی ایک لڑکی سدرہ شادی ہونے کے بعد ایک ایسے گھر میں گئی جہاں مختلف انداز سے صرف گوشت کی ڈشز تیار کی جاتی تھیں۔ دال، چاول اور سبزیوں کی عادی سدرہ کو راتوں رات غذا کی اس بنیادی تبدیلی سے ہم آہنگ ہونے میں خاصی مشکل پیش آئی۔ اگرچہ کہ اس کے لئے یہ سب قبول کرنا آسان نہیں تھا لیکن وہ اپنی سی کوشش کرتی رہی حالانکہ وہ چند لقموں سے زیادہ کھانے میں کامیاب نہیں ہو رہی تھی اور اکثر اسے بھوکے پیٹ ہی دستر خوان سے اٹھنا پڑتا تھا۔ اب چونکہ سسرالیوں کو اس سے کوئی سروکار نہیں تھا جنہوں نے نہ اس جانب توجہ دی اور نہ ہی کسی قسم کی دلچسپی دکھائی لہذا معاملات جوں کے توں چلتے رہے۔ ان حالات میں سدرہ کے والدین کو مجبوراً مداخلت کرنا پڑی جنہوں نے مشورہ دیا کہ وہ اپنا کھانا خود بنایا کرے لیکن جب اس نے ایسا کیا تو سخت اعتراضات اٹھائے گئے اور اس کی ڈیمانڈ پر اس طرح کا تبصرہ بھی کیا گیا کہ "آخر تم اس قدر مختلف رائے کیوں رکھتی ہو، جو کچھ پہلے ہوتا رہا ہے اسے چھوڑ دو اور ہمارے طرز زندگی کو اپنا لو۔" ان باتوں کے ساتھ ہی اس پر طنز کے نشتر چبھونے کا سلسلہ بھی جاری رکھا گیا جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ سدرہ کچھ ہی عرصے میں جسمانی طور پر لاغر اور ذہنی طور پر بیمار ہو کر

گئی اور اس کے والد آ کر اسے گھر واپس لے آئے یوں صرف سسرالیوں کے طرز عمل کی وجہ سے اس کی زندگی تباہ ہو کر رہ گئی۔ ممکن ہے کہ یہ واقعہ انتہا کو پہنچا ہوا معاملہ قرار دیا جائے تاہم یہ اس امر کی نشاندہی کرتا ہے کہ اس فیملی نا سمجھی کا کس قدر فقدان تھا کہ بہو کی ضرورتوں کو سمجھنے کے بجائے تمام لوگ مستقل مزاجی کے ساتھ قائم کیے گئے رشتوں کا خون کرتے رہے اور انہوں نے ایک بنے بنائے گھر کو اجاڑ ڈالا۔ اس کے بالکل برعکس میرے ایک دوست کی والدہ کو دیکھ لیں جو کہ انتہائی شفیق اور دوستانہ مزاج کی حامل ساس تھیں جن کا کہنا تھا کہ "جس دن میرے بیٹے کی شادی ہوئی میں نے اسے آزاد چھوڑ دیا کہ وہ جیسے چاہے زندگی گزارے۔ وہ اب اپنی بیوی سے گہرا تعلق رکھتا ہے کیونکہ میں جانتی تھی کہ دونوں کو ایک دوسرے کے قریب آنے کی ضرورت ہے۔ اگر وہ مجھ سے ایک کپ کافی کے لئے بھی کہتا تھا تو میں اس کی بیوی سے کہتی تھی کہ کافی بنا کر اسے دے آؤ۔ میرا کام یہ تھا کہ اسے عزت و احترام کا احساس دلاؤں، اس کو اس امر سے آگاہ کروں کہ اس کی بھی ایک اہمیت ہے اور یہ سب کچھ ہو گیا۔ اب یہ بات ان کے اوپر منحصر ہے کہ ہاتھوں میں ہاتھ ڈال کر چلتے رہیں اور اپنی نئی زندگی کی تعمیر کریں۔" یہ ہے وہ طریقہ جو گھروں کو توڑنے کے بجائے جوڑتا اور بناتا ہے۔

ایک دوسرے کو بہتر انداز سے سمجھیں

معاملہ فہم اور سمجھدار ساس کی ایک زندہ مثال مسز خواجہ بھی ہیں جن کا بیٹا شمس ایک ایسی جگہ ملازمت کرتا ہے جہاں اسے رات گئے تک کام کرنا پڑتا ہے۔ ان کا موقف یہ ہے کہ "وہ نیا شادی شدہ جوڑا ہیں جن کو ایک دوسرے کے ساتھ وقت گزارنا اچھا لگتا ہوگا، انہیں اس کا موقع ذرا کم ہی ملتا ہے جس کی وجہ وقت کا فقدان ہے لہذا میں کچن سنبھالتی

ہوں اور صبح کے وقت بہو سے کہتی ہوں کہ وہ شمس کے ساتھ رہے۔ جب وہ دفتر چلا جاتا ہے تو میری بہو خود بخود سارے گھر کا چارج سنبھال لیتی ہے اور مجھے کسی بھی چیز کے لئے پریشان نہیں ہونا پڑتا۔" اس نوعیت کی ہم آہنگی کسی بھی بہو کو درکار ہوتی ہے اور یہ ضرورت پوری ہو جائے تو پھر سمجھداری اور باہمی اتفاق کا عروج دیکھنے کو ملتا ہے جو تمام حدوں کو پار کر جاتی ہے، تمام رکاوٹوں کو عبور کر جاتی ہے۔ مسز خولہ مزید بتاتی ہیں کہ "ساس اور بہو کے مابین زیادہ تر لڑائیاں کچن سے شروع ہوتی ہیں۔ جب کسی لڑکی کی شادی ہوتی ہے تو اس کے پاس گھریلو کاموں اور ذمہ داریوں کو اٹھانے کا عملی طور پر مناسب تجربہ نہیں ہوتا لہٰذا اس سے غلطیاں سرزد ہوتی ہیں اور جب آپ گھر میں ایک آدھ واقعات دیکھیں تو غیر ضروری طور پر ڈانٹنے یا غصے کے عالم میں کچھ کہنے کی ضرورت نہیں ہے اور نہ ہی بہو پر سخت تنقید کی کیونکہ اگر دودھ ابل کر گر گیا تو بھلا اس کی قیمت ہی کیا ہے کہ اس پر کوئی جھگڑا کیا جائے۔ کھانا پکاتے ہوئے اگر سالن ذرا سا لگ گیا یا جل گیا تو بھلا کون سا معیشت کو دھچکا لگ گیا۔ ذرا اندازہ کریں کہ شفقت سے عاری اور بے رحمانہ سلوک کے بجائے اگر پیار و محبت سے ان باتوں کو سمجھایا جائے تو کیا اس کے بہتر نتائج سامنے نہیں آئیں گے؟" یہ بڑی معمولی اور چھوٹی موٹی باتیں ہیں جن کو نظر انداز کرنا ہی اچھا ہوتا ہے۔ مگر معاملہ فہمی سے کام نہ لیا جائے تو یہ دو فریقوں میں بڑی گہری دراڑ بھی ڈال سکتے ہیں۔

ماحول کے مطابق ڈھلنا سیکھیں

اگرچہ کہ بعض اوقات بہو غلطی پر ہوتی ہے۔ نرگس کی شادی کو بہ مشکل 6 ماہ کا عرصہ ہوا تھا جب اسے گھریلو سطح پر پہلا "حادثہ" پیش آیا اور اس کی ساس ہدف بن گئیں۔ نرگس نے میکے میں جاتے ہی سب کچھ اپنی والدہ کے گوش گزار کر دیا اور ساس کے بارے میں

کہا کہ "وہ تو بڑی سادہ لوح اور بدھو ہیں...... انہوں نے میری سہیلیوں کے سامنے میری بڑی سبکی کرائی ہے۔" نرگس کو یہ سمجھنے کی ضرورت تھی کہ ہر ایک کا اپنا ایک طریقہ کار ہوتا ہے اور ادب آداب کو یا لوگوں سے ملنے جلنے کو ایک دن میں تبدیل نہیں کیا جا سکتا۔ جب شادی ہونے کے بعد لڑکی کسی دوسرے گھر جائے تو اسے اچھی باتوں کو قبول کرنے کے ساتھ ہی بری باتوں کے ساتھ جینے کی عادت ڈالنا چاہیے اور جس ماحول میں وہ گئی ہے اس سے کچھ نہ کچھ سیکھنے کی کوشش کرنا چاہیے بجائے اس کے کہ وہ مسلسل غلط باتوں کی تشہیر کرتی پھرے۔ نرگس اپنی فرینڈز کو یہ بات بڑی آسانی کے ساتھ سمجھا سکتی تھی کہ اس کی ساس ذرا بلند آواز میں ضرور بولتی ہیں مگر دل کی بری نہیں ہیں اور یہی سب سے اہم بات ہے مگر ایسا کرنے کے بجائے وہ ہمہ وقت ساس کی شخصیت میں خامیاں اور نقص تلاش کر کے تنقید کرتی رہتی ہے اور یہ سوچنے کی زحمت تک نہیں کرتی کہ اس طرح کے طرز عمل سے وہ ایک ایسا گڑھا کھود رہی ہے جس میں وہ خود بھی گر سکتی ہے۔ ایڈجسٹمنٹ اور ماحول کے مطابق ڈھل جانا ایسے وصف ہیں جو کہ بڑی سمجھداری سے ایک ہاتھ سے دوسرے ہاتھ میں منتقل ہو سکتے ہیں اور جب دونوں طرف کی اہم خواتین ایک دوسرے کے ساتھ ایڈجسٹ ہونے کی کوشش کر رہی ہوتی ہیں تو بننے والے اس نئے خاندان کے لئے یہ بات انتہائی ہے کہ وہ اپنی زندگیوں کو اس ڈھب پر ڈال دے جس پر ساس اور بہو چلنے کی کوشش میں مصروف ہیں۔ فہمیدہ ایک معروف ہارٹ سرجن کی بیٹی ہے جس کے دو بھائی بھی سرجن ہیں اس نے جس ماحول میں آنکھ کھولی اور پرورش پائی وہ انتہائی پرسکون، آرام دہ بلکہ پرتعیش تھا اور جب اس کی شادی حذیفہ سے ہوئی جو کہ متوسط طبقے کا نوجوان تھا، جس کی فیملی بس ٹھیک ہی تھی تو بظاہر یہ ایک بے جوڑ سا رشتہ تھا جس میں الجھنوں کا سامنے آنا کوئی حیران کن امر نہیں تھا لیکن جب نیا نویلا جوڑا پہلی مرتبہ سسرال جانے کی

منصوبہ بندی کر رہا تھا تو حذیفہ کی والدہ کو یہ فکر دامن گیر تھی کہ "ہمارا گھر تو بہت عام سا ہے جس میں جدید سہولیات بھی ناپید ہیں، آخر فہمیدہ ہمارے بارے میں کیا سوچے گی؟" تاہم ہر شخص اس وقت حیران رہ گیا جب اگلی صبح ناشتے کے فوری بعد فہمیدہ نے کہا کہ وہ بھی گھریلو کاموں اور ذمہ داریوں میں دوسروں کا ہاتھ بٹانا چاہتی ہے۔ ساس نے یہ سن کر ہچکچاہٹ ظاہر کی مگر فہمیدہ نے یہ کہہ کر ان کی مدد کرنے پر اصرار کیا کہ "جب آپ یہ سارے کام کر سکتی ہیں تو بھلا میں کیوں نہیں کر سکتی......؟ حذیفہ مجھے سب کچھ بتا چکے ہیں کہ آپ لوگوں کے زندگی گزارنے کا کیا طریقہ ہے اور انہوں نے کس طرح پرورش پائی ہے۔ میں اس طرح کے کاموں کے لئے ذہنی طور پر بالکل تیار ہو کر آئی ہوں اور وہ سب کچھ کرنا چاہتی ہوں جو کہ آپ لوگ کرتے ہیں لہٰذا مجھے یہ محسوس کرنے دیں کہ میں بھی آپ میں سے ایک ہوں۔ آپ مجھے کچھ کام کر کے دکھائیں جو کہ میں آپ کے ساتھ کرتے ہوئے سیکھنے کی کوشش کروں گی۔" اس کے بعد ساس نے ہر آنے جانے والے کے سامنے اپنی بہو کو سراہنا شروع کر دیا بلکہ وہ دوسروں کو بتاتے نہیں تھکتی تھیں کہ "کس قدر اچھی بہو ہے میری...... وہ کسی کام میں ہچکچاہٹ کا مظاہرہ نہیں کرتی۔ اپنے ہاتھوں سے کپڑے دھوتی اور کنویں سے پانی بھی نکال لیتی۔ لکڑی کا چولہا چلانے اور جھاڑو لگانے کے بعد گیلے کپڑے سے فرش کرنے میں بھی اسے شرم محسوس نہیں ہوتی حالانکہ اس نے اپنے گھر میں ایسے کاموں کا کبھی تصور بھی نہیں کیا ہوگا۔" یہ ہے وہ رویہ جسے اپنا کر لڑکی سب کچھ بدل سکتی ہے۔ اور ایک نئے گھر میں داخل ہونے کے باوجود لوگوں کے دل جیت کر اپنا حق پا سکتی ہے۔

گھریلو ذمہ داریوں کے سلسلے میں ایک دلچسپ سوالنامہ

کیا آپ کو لگتا ہے کہ آپ ایک نیچرل ہوم میکر ہیں؟ میرا مطلب ہے کہ کیا کبھی آپ نے اس بات کو جاننے کی کوشش کی ہے کہ آپ اپنی گھریلو ذمہ داریاں کس حد تک صحیح طور پر ادا کر پاتی ہیں؟

اگر نہیں تو ذیل میں دیئے گئے مختلف سوالات دیکھ کر ان کے دیئے گئے جوابات میں سے اپنی مرضی کے جوابات پر نشان لگا کر یعنی منتخب کر کے آپ اپنی کارکردگی کا بخوبی اندازہ کر سکتی ہیں اور اسے مزید بہتر بنا سکتی ہیں۔

سوال نمبر 1: جب آپ کو کسی کمرے کی صفائی کرنی ہو تو آپ کیا کرتی ہیں؟

جواب A: پہلے کمرہ ویکیوم کرتی ہیں اس کے بعد گرد و غبار جھاڑتی ہیں۔

B: پہلے گرد و غبار جھاڑتی ہیں اس کے بعد ویکیوم کرتی ہیں۔

C: اس وقت تک انتظار کرتی ہیں جب کوئی اور صفائی کا کام شروع کر دیتا ہے۔

سوال نمبر 2: اگر دوپہر کے کھانے کے وقت آپ کی کوئی فرینڈ اچانک پہنچ جائے تو آپ کیا کریں گی؟

جواب A: اسے کافی پیش کریں گی اور اس کے واپس جانے کا انتظار کریں گی تاکہ آپ کھانا آرام سے کھا سکیں۔

B: اپنے اور اپنی فرینڈ کے لئے جلدی سے سادہ گر لذیذ کھانا تیار کریں گی تاکہ دونوں ساتھ بیٹھ کر کھا سکیں۔

C: اپنی فرینڈ کو دیکھتے ہی اپنا کوٹ ہاتھ میں اٹھا کر اسے کہتی ہیں کہ آپ ایک ضروری کام سے باہر جا رہی ہیں۔

سوال نمبر 3: آپ اپنے گھر کی کھڑکیاں صاف کرنے کا پروگرام بناتی ہیں لیکن عین وقت پر آپ کو پتہ چلتا ہے کہ آپ کے پاس "ونڈو کلینر" ختم ہو چکا ہے تو آپ کیا کریں گی؟

جواب A: آپ گھریلو استعمال والا امونیا اور پانی لے کر کھڑکیاں صاف کریں گی۔

B: سرکہ، امونیا اور پانی ملا کر استعمال کریں گی۔

C: امونیا، بلیچ اور پانی ایک ساتھ استعمال کریں گی۔

سوال نمبر 4: آپ کے لائف پارٹنر اور آپ اپنے میٹرس کا کس طرح خیال کرتے ہیں؟

جواب A: ہر چھ ماہ اس کی صفائی وغیرہ کرتے ہیں۔

B: آپ دونوں کا کہنا ہے کہ اوورن میٹرس کو صفائی کی ضرورت نہیں ہوتی۔

C: آپ اپنے میٹرس کو ہر ماہ باقاعدگی کے ساتھ صاف کرتی ہیں۔

سوال نمبر 5: آپ نے گھر کے لئے چمڑے سے بنا ایک شاندار صوفہ خریدا ہے، آپ اسے محفوظ رکھنے کے لئے کیا کرتی ہیں؟

جواب A: آپ اسے خراب ہونے سے بچانے کے لئے باقاعدگی کے ساتھ پانی سے دھوتی رہتی ہیں۔

B: آپ اسے کمرے کے روشن اور گرم حصے میں رکھتی ہیں۔

C: آپ اسے سال میں ایک مرتبہ SADDLE SOAP سے صاف کرتی ہیں۔

سوال نمبر 6: یہ ہر ایک جانتا ہے کہ تیل کی کڑاہی یا پین میں اس وقت پانی نہیں ڈالا جاتا (چھڑکا جاتا) جب وہ آگ پر گرم ہو رہا ہو، اس وقت آپ کیا کرتی ہیں؟

جواب A: اس پر نمک چھڑکتی ہیں تاکہ اس کی حدت کو کم کر سکیں۔

B: آپ آگ بند کر کے برتن پر ڈھکنا رکھ کر تیل ٹھنڈا ہونے کا انتظار کرتی ہیں۔

C: چولہا بند کر کے برتن پر ڈھکنا لگا کر (رکھ کر) برتن کو احتیاط کے ساتھ باہر نکال لیتی ہیں۔

سوال نمبر 7: آپ نے دوپہر کے کھانے پر جو چکن (مرغی) کھایا تھا اس میں سے کچھ بچ گیا تو آپ کیا کریں گی؟

جواب A: آپ بقیہ چکن کو فریج میں رکھ دیں گی اور 24 گھنٹوں کے اندر اسے کھا لیں گی۔

B: اسے فریج میں رکھ دیں گی اور ایک ہفتے کے اندر اسے استعمال کریں گی۔

C: اس کو فریج میں رکھ دیں گی اور تین دن کے اندر اس کو استعمال میں لے آئیں گی۔

سوال نمبر 8: آپ Silver کو خراب ہونے سے بچانے کے لئے کیا کرتی ہیں؟

جواب A: آپ اس کو تولیے میں لپیٹ کر پلاسٹک بیگ میں رکھتی ہیں۔

B: آپ اسے سافٹ Chamors لیدر میں لپیٹ کر رکھتی ہیں۔

C: اسے پلاسٹک میں لپیٹ کر محفوظ جگہ رکھ دیتی ہیں۔

سوال نمبر 9: ابھی، اسی وقت آپ اپنے کچن کا جائزہ لیں اور دیکھیں کہ وہ کس

حالت میں ہے؟؟

جواب:A مناسب طور پر صاف ہے لیکن بہت زیادہ صاف ستھرا نہیں۔

B: کچن کے اندر گندے برتن جگہ جگہ بکھرے ہوئے ہیں اور پورا کچن کوئی اچھی حالت میں نہیں۔

C: پورا کچن نہایت صاف ستھرا ہے۔

سوال نمبر 10: اگر آپ نے یہ بات نوٹ کی کہ پینٹنگ پر مٹی کی تہہ جم رہی ہے تو آپ کیا کریں گی؟

جواب A: ایک نرم برش کی مدد سے مٹی صاف کریں گی (احتیاط کے ساتھ)

B: اسے ویکیوم سے صاف کریں گی اور اس بات کا خیال رکھیں گی کہ ویکیوم کی نوزل پینٹنگ کی اوپری سطح سے بچ نہ ہو تا کہ پینٹنگ کو نقصان نہ پہنچے۔

C: اپنی انگلیوں کی مدد سے احتیاط کے ساتھ مٹی صاف کریں گی۔

آپ کے منتخب جوابات سے حاصل ہونے کے نتائج کیا ثابت کرتے ہیں؟

اگر آپ کے حاصل کردہ پوائنٹس 80 سے 100 کے درمیان ہیں تو مبارک ہو اس کا مطلب ہے آپ ایک ذمہ دار خاتون خانہ ہیں اور اپنی تمام تر ذمہ داریاں بخوبی نبھا رہی ہیں۔

اگر آپ کے حاصل کردہ پوائنٹس 40 سے 75 فیصد کے درمیان ہیں تو آپ ٹھیک ہیں اس کا مطلب ہے کہ آپ کو گھریلو ذمہ داریوں کی بنیادی باتیں معلوم ہیں لیکن بہرحال بہتری کی گنجائش موجود ہے۔ اگر آپ کے حاصل کردہ پوائنٹس D سے 35 کے درمیان ہیں تو آپ کو واقعی فکر مند ہونے کی ضرورت ہے کیونکہ گھریلو ذمہ داریوں کے بارے میں آپ کی ناواقفیت واقعی آپ کے لئے پریشانی کا باعث بن

سکتی ہے اور آپ کی ازدواجی اور گھریلو زندگی مشکلات کا شکار ہو سکتی ہے۔ اس لئے اپنی خامیوں پر قابو پانے کی کوشش کریں اور اپنے گھر سے متعلق تمام کاموں اور ذمہ داریوں کو سمجھنے کے ساتھ پوری تندہی کے ساتھ انہیں پورا کرنے کی کوشش کریں کیونکہ اچھا اور صاف ستھرا گھر صرف آپ کے سگھڑ اور سلیقہ مند ہونے کی دلیل ہی نہیں بلکہ آپ کی خوشگوار اور قابل رشک ازدواجی زندگی کی ایک ناقابل تردید مثال ہے۔

سوالات کے نمبرز

1	5A	10B	OC
2	5	10	0
3	10	5	0
4	5	0	10
5	5	0	10
6	5	10	0
7	5	0	10
8	10	0	5
9	5	0	10
10	10	5	0

......☆☆......

قرآن کریم کی آیات "متشابہات" جن میں طرح طرح کے انکشاف اور پیشن گوئیاں، تشبیہات اور مثالوں کے ذریعے سے بیان کی گئی ہیں

قرآن مجید کے سائنسی انکشافات

سبحان اللہ! قرآنی بیانات کی یہ دل آویزیاں اور قرآن نازل فرمانے والے آقا کی یہ بندہ نوازیاں کیوں نہ پڑھنے والے کو مبہوت بنادیں!! دنیا کے حاکم، غلام تو کیا ماتحتوں سے بھی بے تکلف بات کرنے کے روادار نہ ہوں اور حاکموں کے حاکم کی یہ شفقت!! یہ بھی دیکھیے کہ دنیاوی بادشاہوں اور آقاؤں کے حکم احکام کو غلام اور ماتحت سوائے اس کے کہ سر جھکا کر سنیں اور کسی طرح کی مجال نہیں، خواہ حکم صحیح ہو یا غلط، اف نہیں کر سکتے۔

قیمت -/75 روپے

مؤلف

ڈاکٹر حشمت جاہ

شمع بک ایجنسی کراچی
نوید اسکوائر اردو بازار
Ph:2773302